

Утверждаю:
 Руководитель
 учреждения

Савричева Р.Р. Савричева 24.02.2025
 (подпись) (ракифицированная)



Примерное меню на период с 28.02.25 г по 13.05.25 г

Возрастная категория: 3 - 7 лет

День 9	Наименование блюда	Выход д блюда	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
12.03.2025								
завтрак:	бутерброд с повидлом	50	2,51	3,90	28,90	161,00	0,48	2
	суп молочный с пшеном	200	7,38	8,33	20,79	235,58	1,00	101
	какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	1,43	416
	Итого:	430	13,56	15,42	65,51	503,58	2,91	
	фрукты(бананы)	100	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	338
	Итого:	100	1,5	0,5	21,0	96,0	10,0	338
обед:	Огурцы свежие	50	0,40	0,05	1,30	7,00	2,50	ф.
	свекольник(говядина)	180	1,39	4,56	7,24	75,00	6,84	34
	биточки рубленые(с молоком)	85	12,44	9,24	12,56	183,00	0,12	299.
	картофельное пюре	150	3,06	4,80	20,45	138,00	18,02	339
	компот из ягод замор. (клюква) с вит. "С"	180	0,18	0,09	9,63	39,60	14,85	491
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	14	1,09	0,37	7,46	38,22	0,00	ф
	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,28	0,24	14,76	73,50	0,01	ф
	Итого:	679	20,84	19,35	73,40	554,32	42,34	
	сырники из творога	100	18,69	12,67	11,40	234,00	0,25	245
	варенье	20	0,00	0,00	11,60	46,40	0,40	ф.
	салат из моркови с курагой	50	0,73	0,05	7,17	32,10	2,28	43
	вафли	20	0,66	2,82	6,01	52,00	0,00	ф.
	сок (черносмородиновый)	200	1,00		14,60	62,40	171,00	418
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	36	2,79	0,95	19,17	98,28	0,00	ф
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,52	0,16	9,84	49,00	0,01	ф
	Итого:	456	25,39	16,66	79,79	574,18	173,94	
	Итого за девятый день	1665	61,29	51,93	239,70	1728,08	229,19	
			61,29	51,928	239,695	1728,08	229,185	