

Утверждаю: Заведующий МДОУ Шадринская Д.А. Дамшинева О.А.

Меню приготавливаемых блюд На 7.10.2024г.

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет/3 - 6 лет/

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Каша манная	180	4,52	4,07	30,57	177,0	N 44
	Чай с лимонком	180	0,12	0,02	10,20	41	N 394
Второй завтрак	Зефир	100	1,50	0,50	21,0	95	N 368
итого за завтрак	845,5	460	6,14	4,59	61,74	313,0	
обед	Салат из св. огурцов	660	7,60	60,89	23,82	673	N 88
	Второй завтрак со сметаной	200	1,73	4,9	14,2	100	N 57
	Курица отварная	70	8,8	6,85	0	114,6	N 47
	Каршмак макарон	150	5,50	4,57	16,49	168	N 317
	Копченый из с.ф.	200	0,44	0,02	27,76	113,0	N 120
итого за обед	2039,52	680	24,07	77,23	90,22	1168,0	
полдник	Творог с маком и повидлом	65	2,94	4,64	16,38	184	N 2
	Каша	180	3,67	3,19	15,82	107	N 397
итого за полдник	582,64	245	6,61	7,83	32,2	291	
Итого за день:	3467,66	1385	36,82	89,65	184,19	1772	