

Материально ответственное лицо: Бадаурдинова С.Ю.
 Возрастная категория: от 1-го до 3 лет

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯВАЕМЫХ БЛЮД

Директор МБДОУ «ЦРР «ДЮСШ №6»
 Большова И.В.
 Приказ под №1009 «ЦРР «ДЮСШ №6»
 От 18.02.2025г. № 84



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Н.Т.К.
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 1 Понедельник							
<u>Завтрак</u>	Каша рассыпчатая гречневая с маслом и сахаром	110	5,7	3,85	25,7	160	100
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	95
	Бутерброд с маслом	25/7	1,96	6,04	11,69	108,8	3
Итого за завтрак		292	7,7	9,9	44,38	296,8	
<u>Второй завтрак</u>	Сок фруктовый	100	0,5	-	10,1	42,66	97
Итого за второй завтрак		100	0,5	-	10,1	42,66	97
<u>Обед</u>	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне	180	1,25	3,51	6,1	61,02	83
	Гуляш из отварного мяса	50	4,8	3,8	1,2	59	117
	Рис отварной	110	2,67	3,9	26,9	153,78	98
	Компот из сушеных фруктов	150	0,33	0,015	20,83	85	10
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	70	11
Итого за обед		530	11,69	11,71	62,29	428,8	
<u>«Уплотненный» полдник</u>	Запеканка из творога	90	15,98	10,89	16,53	228	40
	Кефир	130	3,77	3,25	5,2	65	113
	Пирожок печеный из дрожжевого теста с повидлом	50	2,92	3,13	28,98	156	15
Итого за «уплотненный» полдник		270	22,67	17,27	50,71	449	
Итого за день:		1192	42,56	38,88	167,48	1217,26	