

УТВЕРЖДАЮ:

Руководитель СПДС «Солнышко»

 Л.Г.Жирнова

Меню на вторник 12.04.2022 для питания детей от (от 1.5 до 3-х лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Каша пшеничная молочная	150	5.27	8.51	11.66	192.76	91
	Какао на молоке	150	3.526	3.241	16.550	105.334	150
	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	20/5/10	4.38	7.7	9.24	125.6	125
Итого за завтрак		335	13.176	19.451	37.45	423.694	
Завтрак 2	Кисломолочный напиток	150	6	4.8	6.3	100.5	35
Итого за 2-й завтрак		150	6	4.8	6.3	100.5	35
Обед	Салат из помидоров с репчатым луком	40	0.43	3.04	1.66	36.43	13
	Суп гороховый	150	7.13	6.22	17.41	152.41	12
	Макаронные изделия с маслом	130	4.3	3.8	27.2	163.9	6
	Шницель (биточек) мясной паровой	60	9.188	9.918	3.936	140.774	132
	Компот из Сухофруктов «С» Витаминизация	150	0.23	0.01	18.28	75.57	40
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	94	122
	Итого за обед		570	24.318	23.388	88.166	663.084
Плотный полдник	Салат картофельный с соленым огурцом	40	0.74	3.1	5.89	54.01	23
	Сдоба	60	3.904	3.9	33.72	177.162	148
	Кисель из свежих плодов или ягод	150	0.108	0.114	23.680	90.255	
	Фрукты свежие	140	0.56	0.56	13.72	61.6	
Итого за плотный полдник		390	5.312	7.674	77.01	383.027	
Итого за день		1445	48.806	55.263	208.926	1570.305	

Меню на вторник для питания детей от (от 3-х лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Каша пшеничная молочная	200	6.24	10.03	13.98	231.83	91
	Какао на молоке	180	4.231	3.935	19.86	126.808	150
	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	25/7/15	6.47	11.38	13.66	185.7	125
Итого за завтрак		427	16.941	25.345	47.5	544.338	
Завтрак 2	Кисломолочный напиток	180	7.2	5.76	7.56	120.6	35
Итого за 2-й завтрак		180	7.2	5.76	7.56	120.6	35

Обед	Салат из помидоров с репчатым луком	60	0.65	4.07	2.47	50.2	13
	Суп гороховый	250	9.62	8.84	25.28	216.85	12
	Макаронные изделия с маслом	150	5.4	4.8	34.0	204.9	6
	Шницель (биточек) мясной паровой	70	19.289	31.973	4.510	381.828	132
	Компот из Сухофруктов «С» Витаминизация	200	0.31	0.01	24.37	96.76	40
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.5	141	
Итого за обед		790	39.069	50.093	115.23	1068.038	
плотный додник	Салат картофельный с соленым огурцом	60	0.97	4.12	7.64	70.94	23
	Слоба	60	3.904	3.9	33.72	177.162	148
	Кисель из свежих плодов или ягод	180	0.108	0.114	24.179	92.22	
	Фрукты свежие	150	0.6	0.6	14.7	66	
Итого за плотный додник		450	5.582	8.734	80.239	406.322	
Итого за день		1847	68.792	89.932	250.529	2139.298	

Вал Л.Г.Валеева
Привалова Т.Н.Привалова

