

УТВЕРЖДАЮ:

Руководитель СПДС «Солнышко»

 Л.Г.ЖирноваМеню на среда 13.04.2022 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	Суп молочный с гречкой	150	4.72	8.46	20.81	177.26	43
	Чай с молоком	180	2.356	2.125	16.820	91.622	153
	Бутерброд с маслом сливочным	20/5	1.58	5.24	9.81	93.87	3
Итого за завтрак		<b>350</b>	<b>6.44</b>	<b>13.7</b>	<b>43.256</b>	<b>363.092</b>	
Завтрак 2	Яблоко свежее	100	0.4	0.3	10.3	47.0	
Итого за 2-й завтрак		<b>100</b>	<b>0.4</b>	<b>0.3</b>	<b>10.3</b>	<b>47.0</b>	
Обед	Салат из свежей капусты	40	0.510	2.580	2.916	36.193	24
	Свекольник с яйцом	150	3.94	6.07	10.39	110.04	34
	Жаркое по домашнему	180	2.26	12.86	24.8	262.08	153
	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		<b>560</b>	<b>9.98</b>	<b>21.84</b>	<b>76.066</b>	<b>577.883</b>	
Плотный полдник	Салат из свеклы и яблок	40	0.43	3.05	15.2	43.32	26
	Сырники из творога с молоком сгущённым	110/15	6.34	7.2	22.68	281.1	130
	Чай с лимоном	180	0.133	0.005	12.190	46.292	154
Итого за плотный полдник		<b>345</b>	<b>6.903</b>	<b>10.255</b>	<b>50.07</b>	<b>370.712</b>	
Итого за день		<b>1360</b>	<b>23.883</b>	<b>46.355</b>	<b>183.112</b>	<b>1373.287</b>	

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Суп молочный с гречкой	200	5.43	9.95	24.18	206.68	43
	Чай с молоком	200	2.418	2.150	18.840	99.672	153
	Бутерброд с маслом сливочным	25/5	2.34	7.76	14.53	139.1	3
Итого за завтрак		<b>430</b>	<b>7.926</b>	<b>17.71</b>	<b>52.75</b>	<b>445.452</b>	
Завтрак 2	Яблоко свежее	100	0.4	0.3	10.3	47.0	
Итого за 2-		<b>100</b>	<b>0.4</b>	<b>0.3</b>	<b>10.3</b>	<b>47.0</b>	

и завтрак							
Обед	Салат из свежей капусты	60	0.643	3.478	4.432	50.491	24
	Свекольник с яйцом	250	8.13	12.32	15.51	203.49	34
	Жаркое по домашнему	220	1.41	16.31	26.9	309.92	153
	Компот из Сухофруктов «С» Витаминация	200	0.31	0.01	24.37	96.76	40
	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.5	141	122
Итого за обед	<b>790</b>	<b>14.293</b>	<b>32.518</b>	<b>95.802</b>	<b>778.161</b>		
плотный полдник	Салат из свеклы и яблок	60	0.67	4.07	21.64	60.86	26
	Сырники из творога с молоком гущённым	150/20	11.2	12.69	40.2	498.3	130
	Чай с лимоном	200	0.2	0.005	13.730	52.336	154
Итого за плот-ый полдник	<b>430</b>	<b>12.07</b>	<b>16.765</b>	<b>75.57</b>	<b>611.496</b>		
Итого за день	<b>1750</b>	<b>34.889</b>	<b>67.593</b>	<b>238.822</b>	<b>1901.109</b>		

*Вал* \_\_\_\_\_ Л.Г.Валеева  
*Привалова* \_\_\_\_\_ Т.Н.Привалова

