


УТВЕРЖДАЮ:

Руководитель СПДС «Солнышко»


 Л.Г.Жирнова

 Меню на четверг 21.04.2022 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		
	Каша манная молочная	150	5.22	8.46	20.35	176.96	90
	Чай с молоком	180	2.356	2.125	16.820	91.622	153
	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	20/5/10	4.38	7.7	9.24	125.6	125
Итого за завтрак		<b>365</b>	<b>9.156</b>	<b>15.825</b>	<b>46.98</b>	<b>362.452</b>	
завтрак 2	Кисломолочный напиток	150	6	4.8	6.3	100.5	35
Итого за 2-й завтрак		<b>150</b>	<b>6</b>	<b>4.8</b>	<b>6.3</b>	<b>100.5</b>	
Обед	Салат из огурцов и помидоров	40	0.39	3.03	1.55	34.82	7
	Борщ вегетарианский	150/9	1.58	4.8	6.36	72.87	43
	Картофельное пюре	130	2.8	5.2	20.0	137.0	206
	Печень в сметанном соусе	48/30	10.319	5.617	6.976	117.989	82
	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>597</b>	<b>18.289</b>	<b>18.957</b>	<b>72.756</b>	<b>530.529</b>	
плотный полдник	Икра кабачковая	40	0.76	3.56	3.08	47.6	19
	Омлет	130	11.2	17.2	3.04	211.76	311
	Пряник	30	0.84	1	23.2	106.2	602
	Сок фруктовый	150	0.75	-	15.15	64	
Итого за плотный полдник		<b>350</b>	<b>13.55</b>	<b>21.76</b>	<b>44.47</b>	<b>429.56</b>	
Итого за день		<b>1462</b>	<b>46.995</b>	<b>61.342</b>	<b>170.506</b>	<b>1423.041</b>	

## Меню для питания детей от (от 3-х лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
	Каша манная молочная	200	6.3	9.98	24.69	212.44	90
	Чай с молоком	200	2.418	2.150	18.840	99.672	153
	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	25/7/15	6.47	11.38	13.66	185.7	125
Итого за завтрак		<b>447</b>	<b>11.058</b>	<b>19.89</b>	<b>58.06</b>	<b>451.212</b>	
завтрак 2	Кисломолочный напиток	180	7.2	5.76	7.56	120.6	35
Итого за 2-й завтрак		<b>180</b>	<b>7.2</b>	<b>5.76</b>	<b>7.56</b>	<b>120.6</b>	35

Обед	Салат из огурцов и помидоров	60	0.57	4.03	2.46	48.12	7
	Борщ вегетарианский	250/11	1.8	7.0	6.62	95.47	43
	Картофельное пюре	150	3.5	6.4	22.2	158.3	206
	Печень в сметанном соусе	55/40	12.285	7.074	8.569	144.935	82
	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	122
Итого за обед		<b>826</b>	<b>22.955</b>	<b>24.984</b>	<b>93.489</b>	<b>681.765</b>	
плотный полдник	Икра кабачковая	60	1.14	5.34	4.62	71.4	19
	Омлет	150	12.92	19.85	3.51	244.34	311
	Пряник	50	1.4	1.66	38.66	177	602
	Сок фруктовый	180	0.90	-	18.18	76	
Итого за плотный полдник		<b>440</b>	<b>16.36</b>	<b>26.85</b>	<b>64.97</b>	<b>568.74</b>	
Итого за день		<b>1893</b>	<b>57.573</b>	<b>77.484</b>	<b>224.079</b>	<b>1822.317</b>	

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