

УТВЕРЖДАЮ

заведующий МБДОУ

"Детский сад № 79 "Соловушка"

И.А.Гращенко

Сад

Меню на 2-й день

Прием пищи	Наименование блюда	Энергетическая ценность (Ккал)	Пищевые вещества (г)			N рецептуры	Выход блюда
			Б	Ж	У		
Завтрак:	Каша жидкая манная	229,94	6,66	8,34	32,12	т.к.189	200
	Какао с молоком	116,13	4,69	4,95	12,84	т.к. 397	180
	Бутерброд с маслом	108,8	2,43	4,43	14,77	т.к. 1	30/8
	Итого завтрак	454,87	13,78	17,72	59,73		425
Второй завтрак:	Сок фруктовый	51,6	0,6	0,12	12,12	т.к.399	120
	Итого 2-ой завтрак	51,6	0,6	0,12	12,12		120
Обед:	Щи из свежей капусты с картофелем	18,15	0,39	1	1,83	т.к67	200
	Гуляш из отварного мяса	272,61	10,05	24,26	3,45	т.к.277	80
	Огурец соленый	5,2	0,32	0,04	0,68	2008-800с	40
	Пюре картофельное	132,04	3	4,39	20,05	т.к.335	150
	Сок фруктовый	51,6	0,6	0,12	12,12	т.к.399	120
	Хлеб ржаной	101,98	3,31	0,44	21,2	2008-800с	50
	Итого обед	581,58	17,67	30,25	59,33		640
	Булочка "Веснушка"	190,5	4,31	5,25	31,6	т.к471	50
	Кефир	106	5,8	5	8	т.к435	200
	Итого полдник	296,5	1,6	0,2	9,82		250
Ужин:	Котлета рыбная запеченная	139,81	13,77	4,82	10,22	т.к255	100
	Свекла, тушенная в белом соусе	124,5	2,14	6,55	14,36	т.к339	180
	Яйцо вареное	70,05	5,66	5,13	0,31	т.к213	40
	Чай с сахаром	20,55	0,1	0	5,04	т.к430	200
	Хлеб пшеничный	71,4	2,4	0,3	14,73	2008-800с	30
	Итого ужин	426,31	24,07	16,8	44,66		550

УТВЕРЖДАЮ
заведующий МБДОУ
"Детский сад № 79 "Соловушка"
И.А.Гращенко

Ясли

Меню на 2-й день

Прием пищи	Наименование блюда	Энергетическая ценность (Ккал)	Пищевые вещества (г)			N рецептуры	Выход блюда
			Б	Ж	У		
Завтрак:	Каша жидкая манная	229,94	6,66	8,34	32,12	т.к.189	200
	Какао с молоком	116,13	4,69	4,95	12,84	т.к. 397	180
	Бутерброд с маслом	85	1,63	4,34	9,86	т.к. 1	20/5
	Итого завтрак	431,07	12,98	17,63	54,82		405
Второй завтрак:	Сок фруктовый	51,6	0,6	0,12	12,12	т.к.399	120
	Итого 2-ой завтрак	51,6	0,6	0,12	12,12		120
Обед:	Щи из свежей капусты с картофелем	18,15	0,39	1	1,83	т.к67	200
	Гуляш из отварного мяса	272,61	10,05	24,26	3,45	т.к.277	80
	Огурец соленый	2,6	0,16	0,02	0,34	2008-800с	20
	Пюре картофельное	132,04	3	4,39	20,05	т.к.335	150
	Сок фруктовый	51,6	0,6	0,12	12,12	т.к.399	120
	Хлеб ржаной	81,58	2,65	0,35	16,96	2008-800с	40
	Итого обед	558,58	16,85	30,14	54,75		610
	Булочка "Веснушка"	190,5	4,31	5,25	31,6	т.к471	50
	Кефир	106	5,8	5	8	т.к435	200
	Итого полдник	296,5	1,6	0,2	9,82		250
Ужин:	Котлета рыбная запеченная	139,81	13,77	4,82	10,22	т.к255	100
	Свекла, тушеная в белом соусе	124,5	2,14	6,55	14,36	т.к339	180
	Яйцо вареное	70,05	5,66	5,13	0,31	т.к213	40
	Чай с сахаром	20,55	0,1	0	5,04	т.к430	200
	Хлеб пшеничный	71,4	2,4	0,3	14,73	2008-800с	30
	Итого ужин	426,31	24,07	16,8	44,66		550