

Ежедневное меню (с 1,5 до 3 лет)

МАДОУ «ЦРР-детский сад № 116» г. Сыктывкара			Неделя 2		День: 21.06.2024		
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	Каша манная молочная жидкая	200	6	8	31	222	268
	Кофейный напиток с молоком	150	2		15	68	513
	Хлеб пшеничный	30	2		15	71	114
	сыр	10	3	3		34	140
	Масло сливочное	5		4		37	111
Итого за Завтрак		395	13	13	61	432	
Завтрак второй							
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	1		15	69	537
Итого за Завтрак второй		150	1		15	69	
Обед							
	суп картофельный с крупой	150	1	4	8	68	80
	Голубцы ленивые	120	7	11	5	149	377
	Соус томатный	30				1	462
	Компот из смеси сухофруктов	150			17	84	527
	Хлеб ржаной	40	3		13	70	115
Итого за Обед		490	12	15	43	372	
Полдник							
	Молоко кипячёное	150	4	5	7	88	534
	Печенье	15	1	1	11	63	609
	Яблоки	70			7	33	118
Итого за Полдник		235	5	6	25	184	
Ужин сад							
	Картофельное пюре	100	2	4	11	92	434
	Хлебцы рыбные	60	10	9	6	147	
	Свёкла отварная	40	1	2	1	22	21
	Чай с сахаром	150			11	45	502
	Хлеб пшеничный	30	2		15	71	114
Итого за Ужин сад		380	15	15	44	377	
Итого за день		1 675	43	47	202	1451	
Итого за период		14 685	534	515	2058	15159	
Среднее значение за период			61	54	231	1641	

