УТВЕРЖДАЮ :

И.о Заведующего МБДОУ

«ЦРР-детский сад № 10»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.А.Малык

Меню на 4 июня 2024 г

Сад(3-7 лет)

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Пищевые вещества | | | | | № рецептуры |
| Вес блюда ( г) | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы  (г) | Энерг. Ценность (ккал) |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Завтрак | Каша «Рябушка» молочная  Кофейный напиток  Батон с маслом | 180  190  25/5 | 5,21  1,3  2,52 | 3,73  1,3  4,41 | 18,71  14  14,47 | 132,35  92  94,15 | 84  253  1 |
|  | За завтрак | 400 | 9,03 | 9,44 | 47,18 | 318,5 |  |
| 2 завтрак | Яблоко | 70 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,5 | 5 |
| Обед | Суп лапша с курицей  Ленивые голубцы с мясом  Компот из сухофруктов  Хлеб ржано-пшеничный | 180  180  180  50 | 8,16  14,21  0,51  2,9 | 8,0  15,73  0  0,6 | 20,93  21,77  24,23  26,9 | 165  321,2  90  126 | 86  287  241  8 |
|  | За обед | 590 | 26,38 | 27,41 | 95,68 | 692,86 |  |
| Ус. полдник | Омлет  Икра кабачковая  Кисель  Печенье  Хлеб | 60  40  180  20  15 | 6,38  0,72  0  1,36  2,07 | 10,52  2,83  0  3,7  0,22 | 0,99  4,63  18  2,93  12,0 | 123,8  36,8  60  75  56,75 | 438  26  233  604  8 |
|  | За полдник | 320 | 10,53 | 17,27 | 39,54 | 352,35 |  |
|  | Всего за день |  | 48,54 | 50,72 | 192,23 | 1374,31 |  |

УТВЕРЖДАЮ :

И.о Заведующего МБДОУ

«ЦРР-детский сад № 10»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.А.Малык

Меню на 4 июня 2024г

Ясли (1-3лет)

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Пищевые вещества | | | | | № рецептуры |
| Вес блюда ( г) | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы  (г) | Энерг. Ценность (ккал) |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Завтрак | Каша «Рябушка» молочная  Кофейный напиток  Батон с маслом | 160  165  20/5 | 4,66  1,08  2,1 | 2,79  1,08  4,44 | 14,78  11,67  12,06 | 121,75  76,67  68,1 | 84  253  1 |
|  | За завтрак | 350 | 7,84 | 8,31 | 38,51 | 266,5 |  |
| 2 завтрак | Яблоко | 110 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,5 | 5 |
| Обед | Суп лапша с курицей  Ленивые голубцы с мясом  Компот из сухофруктов  Хлеб ржано-пшеничный | 150  160  150  40 | 6,28  10,8  0,51  1,88 | 4,3  13,85  0  0,28 | 18,76  19,59  24,2  19,92 | 141,1  287,4  90  85,6 | 86  287  241  8 |
|  | За обед | 500 | 19,9 | 20,74 | 83,86 | 632,8 |  |
| Ус. полдник | Омлет  Икра кабачковая  Кисель  Печенье  Хлеб | 60  30  150  20  20 | 6,38  0,58  0  1,36  1,8 | 10,52  2,12  0  3,7  0,2 | 0,09  3,47  13,5  2,93  11,5 | 123,8  25,1  46,5  75  47,75 | 438  26  233  604  8 |
|  | За полдник | 380 | 10,39 | 16,56 | 32,8 | 316,15 |  |
|  | Всего за день |  | 39,61 | 45,2 | 167,47 | 1283,75 |  |