УТВЕРЖДАЮ:

И.о Заведующего МБДОУ

«ЦРР-детский сад № 10»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.А.Малык

Меню на 6 июня 2024 г

Сад (3-7лет)

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 манная молочная  Кофейный напиток  Батон с маслом  Яйцо 1/2отварное | 180  190  25/5  20 | 6,21  1,3  2,52  2,55 | 7,47  1,3  4,41  2,3 | 22,09  16  14,47  0,15 | 162  92  94,15  31,5 | 88  253  1  209 |
|  | За завтрак | 420 | 12,58 | 15,48 | 52,71 | 379,65 |  |
| 2 завтрак | Йогурт | 160 | 5,2 | 5,6 | 6,8 | 96,98 | 418 |
| Обед | Салат «Витаминный»  Суп крестьянский с курицей  Гречка со сливочным маслом  Котлета мясная  Компот из сухофруктов  Хлеб ржано-пшеничный | 60  180  130  70  180  50 | 0,82  5,37  6,33  12,3  0,51  2,9 | 3,6  5,29  5,65  11,3  0  0,6 | 6,2  16,11  31,1  3,4  24,23  26,9 | 68,3  148,02  204,9  165,4  90  126 | 22  103  186  161  241  8 |
|  | За обед | 670 | 26,0 | 22,56 | 96,78 | 774,88 |  |
| Ус. полдник | Биточек пшенный с повидлом  Чай с лимоном  Хлеб | 130/18  180  15 | 5,1  0,09  2,07 | 5,2  0  0,22 | 26,2  7,75  12,0 | 162,26  28,28  56,75 | 471  263  8 |
|  | За полдник | 343 | 7,94 | 5,44 | 45,95 | 247,29 |  |
|  | Всего за день |  | 47,72 | 48,63 | 197,75 | 1412,42 |  |

УТВЕРЖДАЮ :

И.о Заведующего МБДОУ

«ЦРР-детский сад № 10»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.А.Малык

Меню на 6 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 манная молочная  Кофейный напиток  Батон с маслом  Яйцо 1/2отварное | 160  165  20/5  20 | 4,66  1,08  1,69  2,55 | 5,6  1,08  4,44  2,3 | 16,82  12,67  9,66  0,15 | 124  76,67  82,8  31,5 | 88  253  1  209 |
|  | За завтрак | 370 | 9,98 | 13,42 | 39,3 | 314,97 |  |
| 2 завтрак | Йогурт | 140 | 4,02 | 4,3 | 5,1 | 78,2 | 418 |
| Обед | Салат «Витаминный»  Суп «Крестьянский» с курицей  Гречка со сливочным маслом  Котлета мясная  Компот из сухофруктов  Хлеб ржано-пшеничный | 40  150  110  60  150  40 | 0,6  3,87  5,3  10,4  0,51  1,88 | 2,5  4,8  4,7  9,7  0  0,28 | 4,7  12,69  26,3  2,8  24,23  19,92 | 52,4  121,44  172,6  140,11  90  85,6 | 22  103  186  161  241  8 |
|  | За обед | 550 | 20,77 | 21,37 | 82,1 | 648,19 |  |
| Ус. полдник | Биточек пшенный с повидлом  Чай с лимоном  Хлеб | 110/13  150  20 | 4,77  0,06  1,8 | 4,62  0  0,2 | 22,12  6,43  11,5 | 149,1  23,56  47,6 | 471  263  8 |
|  | За полдник | 290 | 6,63 | 4,86 | 40,05 | 220,26 |  |
|  | Всего за день |  | 38,58 | 36,85 | 173,75 | 1193,84 |  |