УТВЕРЖДАЮ :

И.о Заведующего МБДОУ

«ЦРР-детский сад № 10»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В.Щербакова

Меню на 9 июля 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 | Вермишель молочная  Кофейный напиток  Батон с маслом | 180  190  25/5 | 5,85  1,3  2,52 | 5,81  1,3  4,41 | 19,99  14  14,47 | 155  92  94,15 | 44  253  1 |
|  | За завтрак | 400 | 9,03 | 9,44 | 47,18 | 318,5 |  |
| 2 завтрак | Компот из яблок | 110 | 0,1 | 0 | 26,36 | 36,1 | 243 |
| Обед | Суп гречневый с курицей  Картофельное пюре  Солянка с мясом  Компот из сухофруктов  Хлеб ржано-пшеничный | 180  90  90  180  50 | 8,16  2,06  3,24  0,51  2,9 | 8,0  4,8  7,36  0  0,6 | 20,93  12,43  18,26  24,23  26,9 | 165  86,3  242  90  126 | 101  206  621  241  8 |
|  | За обед | 590 | 26,38 | 27,41 | 95,68 | 692,86 |  |
| Ус. полдник | Горошница  Чай с лимоном  Печенье  Хлеб | 180  180  20  15 | 10,63  0  1,36  2,07 | 3,5  0  3,7  0,22 | 18,8  18  2,93  12,0 | 158  60  75  56,75 | 211  233  604  8 |
|  | За полдник | 395 | 14,53 | 6,75 | 39,54 | 352,35 |  |
|  | Всего за день |  | 48,54 | 50,72 | 192,23 | 1374,31 |  |

УТВЕРЖДАЮ :

И.о Заведующего МБДОУ

«ЦРР-детский сад № 10»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Щербакова

Меню на 9 июля 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 | Вермишель молочная  Кофейный напиток  Батон с маслом | 160  165  20/5 | 4,39  1,08  2,1 | 4,36  1,08  4,44 | 14,99  11,67  12,06 | 116,25  76,67  68,1 | 44  253  1 |
|  | За завтрак | 350 | 7,84 | 8,31 | 38,51 | 266,5 |  |
| 2 завтрак | Компот из яблок | 110 | 0,1 | 0 | 26,36 | 36,1 | 243 |
| Обед | Суп гречневый с курицей  Картофельное пюре  Солянка с мясом  Компот из сухофруктов  Хлеб ржано-пшеничный | 150  70  80  150  40 | 6,28  1,8  2,4  0,51  1,88 | 4,3  3,2  5,33  0  0,28 | 18,76  10,62  13,59  24,2  19,92 | 141,1  86,3  166  90  85,6 | 101  206  621  241  8 |
|  | За обед | 500 | 19,9 | 20,74 | 83,86 | 632,8 |  |
| Ус. полдник | Горошница  Чай с лимоном  Печенье  Хлеб | 150  150  20  20 | 8,2  0  1,36  1,8 | 2,3  0  3,7  0,2 | 12,5  13,5  2,93  11,5 | 133  46,5  75  47,75 | 211  233  604  8 |
|  | За полдник | 380 | 10,39 | 6,56 | 32,8 | 316,15 |  |
|  | Всего за день |  | 39,61 | 45,2 | 167,47 | 1283,75 |  |