УТВЕРЖДАЮ :

 И.о Заведующего МБДОУ

 «ЦРР-детский сад № 10»

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Е.В.Ляшенко

 Меню на 29 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 | Каша «Геркулес » молочная Кофейный напиток Батон с маслом и сыром | 18019025/5/7 | 4,751,34,39 | 5,961,36,41 | 16,71414,47 | 138,292119 | 932531 |
|  | За завтрак | 407 | 10,44 | 13,67 | 45,18 | 349,2 |  |
| 2 завтрак  | кисель | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,5 | 5 |
| Обед | Салат из морской капусты с овощамиРассольник с курицей и сметанойПлов с говядинойКомпот из сухофруктовХлеб ржано-пшеничный | 6018018018050 | 1,444,113,250,512,9 | 2,97,1612,900,6 | 4,720,9334,124,2326,9 | 31,6145359,9190126 | 19331632418 |
|  | За обед | 650 | 22,09 | 18,93 | 107,47 | 725,4 |  |
| Ус. полдник | Запеканка из творогаСметанный соусКакао | 11050180 | 6,271,2 | 7,965,51,3 | 25,26,6713 | 208,214590 | 130225248 |
|  | За полдник | 350 | 13,77 | 13,98 | 42,14 | 380,05 |  |
|  | Всего за день |  | 49,36 | 47,09 | 221,4 | 1561,2 |  |

 УТВЕРЖДАЮ :

 И.о Заведующего МБДОУ

 «ЦРР-детский сад № 10»

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Е.В.Ляшенко

 Меню на 29 июля 2024 г

 Ясли (1-3 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 «Геркулес» молочная Кофейный напитокБатон с маслом и сыром | 16016520/5/5 | 3,521,083,83 | 5,211,085,56 | 14,311,679,66 | 121,2576,67101,5 | 932531 |
|  | За завтрак | 355 | 8,43 | 11,85 | 35,63 | 299,42 |  |
| 2 завтрак  | Кисель | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,5 | 5 |
| Обед | Салат из морской капусты с овощамиРассольник с курицей и сметанойПлов с говядинойКомпот из сухофруктовХлеб ржано-пшеничный | 4015015015040 |  0,93,2810,90,421,88 |  1,83,0810,600,28 |  3,1616,7630,7420,4519,92 |  21,1116,1304,328385,6 |  19331632412 |
|  | За обед | 530 | 16,72 | 14,7 | 84,57 | 596,06 |  |
| Ус. полдник | Запеканка из творогаСметанный соусКакао | 10540150 | 4,83,51 | 5,23,371,08 | 20,684,0810,8311,5 | 1894075 | 130225248 |
|  | За полдник  | 305 | 11,3 | 10,48 | 47,7 | 345,2 |  |
|  | Всего за день |  | 37,85 | 37,63 | 174,28 | 1301,18 |  |