УТВЕРЖДАЮ :

 Заведующий МБДОУ

 «ЦРР-детский сад № 10»

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Е.В.Ляшенко

 Меню на 16 октября 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 пшеничная молочная Кофейный напиток Батон с маслом  | 18019025/5 | 4,751,34,39 | 5,961,36,41 | 16,71414,47 | 138,292119 | 912531 |
|  | За завтрак | 400 | 10,44 | 13,67 | 45,18 | 349,2 |  |
| 2 завтрак  | Компот из яблок | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,5 | 243 |
| Обед | Салат из св. огурцовЩи с курицей и сметанойКаша рисоваяБефстроганов из печениКомпот из сухофруктовХлеб ржано-пшеничный | 551801307018050 | 0,443,994,212,470,512,9 | 2,062,533,237,300,6 | 1,3717,5429,728,624,2326,9 | 61,53117,89156,4133,390126 | 161021911482348 |
|  | За обед | 610 | 20,88 | 20,66 | 107,47 | 725,4 |  |
| Ус. полдник |  Оладьи с повидломСалат картофельный с овощамиЧай Хлеб | 65/206018010 | 4,581,21,22,0 | 5,13,091,30,22 | 39,25,471312 | 196,771,489023 | 448102648 |
|  | За полдник | 335 | 8,98 | 9,69 | 69,67 | 381,05 |  |
|  | Всего за день |  | 49,36 | 47,09 | 221,4 | 1561,2 |  |

 УТВЕРЖДАЮ :

 Заведующий МБДОУ

 «ЦРР-детский сад № 10»

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Е.В.Ляшенко

 Меню на 16 октября 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 пшеничная молочная Кофейный напитокБатон с маслом  | 16016520/5 | 3,521,083,83 | 5,211,085,56 | 14,311,679,66 | 121,2576,67101,5 | 912531 |
|  | За завтрак | 350 | 8,43 | 11,85 | 35,63 | 299,42 |  |
| 2 завтрак  | Компот из яблок | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,5 | 243 |
| Обед | Салат из св. огурцовЩи с курицей и сметанойКаша рисоваяБефстроганов из печениКисельХлеб ржано-пшеничный | 401501106015040 |  0,332,623,010,60,421,88 | 1,92,32,325,8300,28 |  1,0310,322,95,9320,4519,92 |  46,19102,38128,5108,398385,6 |  161021911482342 |
|  | За обед | 550 | 16,72 | 14,7 | 84,57 | 596,06 |  |
| Ус. полдник | Оладьи с повидломСалат картофельный с овощамиЧайХлеб | 60/154015010 | 3,660,861,082,0 | 4,32,210,22 | 30,84,121112 | 15452,437523 | 44810225248 |
|  | За полдник  | 275 | 7,6 | 7,72 | 56,7 | 345,2 |  |
|  | Всего за день |  | 37,85 | 37,63 | 174,28 | 1301,18 |  |