УТВЕРЖДАЮ :

 Заведующий МБДОУ

 «ЦРР-детский сад № 10»

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Е.В.Ляшенко

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда |  Пищевые вещества | Вит «С» | № рецептуры |
| Вес блюда ( г) | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы(г) | Энерг. Ценность (ккал) |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  Завтрак | Каша геркулес молочная Кофейный напитокБатон с маслом  | 18019025/5 | 4,751,32,52 | 5,961,34,41 | 16,71414,47 | 138,29294,5 | 1,951,51,2 | 932531 |
|  | За завтрак | 400 | 8,52 | 12,11 | 55,88 | 330,3 |  |  |
| 2 завтрак  |  Компот из яблок | 110 | 0,1 | 0 | 26,36 | 36,1 | 2,21 | 243 |
| Обед |  Огурец соленыйСуп-лапша с курицей Рис с масломКотлета рыбная ПодливКомпот из сухофруктовХлеб ржано-пшеничный | 20180130502018050 | 08,164,211,170,280,512,9 | 08,03,234,81,3700,6 | 0,2220,9329,7214,22,1624,2326,9 | 1,4165,21561249012696,3 | 533,80,4000,40 | 5861912552282418 |
|  | За обед | 670 | 24,76 | 18,38 | 135,29 | 643,16 |  |  |
| Ус. полдник | Овощное рагуЧай Хлеб | 18018015 | 5,2302,07 | 5,0400,22 | 12,167,7512,0 | 146,6756,75 | 1400 | 772648 |
|  | За полдник | 375 | 7,08 | 5,26 | 31,91 | 231,7 |  |  |
|  | Всего за день |  | 40,99 | 35,74 | 229,88 | 1324,1 |  |  |

 Меню на 18 октября 2024 г

 Сад (3-7лет)

 УТВЕРЖДАЮ :

 Заведующий МБДОУ

 «ЦРР-детский сад № 10»

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Е.В. Ляшенко

 Меню на 18 октября 2024г

 Ясли (1-3лет)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда |  Пищевые вещества | Вит «С» | № рецептуры |
| Вес блюда ( г) | Белки (г) | Жиры (г) | Углеводы(г) | Энерг. Ценность (ккал) |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|  Завтрак | Каша геркулес молочная Кофейный напитокБатон с маслом  | 16016520/5 | 3,521,082,1 | 5,211,084,44 | 14,311,6712,06 | 121,576,6768,1 | 1,461,250 | 932531 |
|  | За завтрак | 350 | 5,63 | 9,28 | 39,9 | 263,54 |  |  |
| 2 завтрак  | Компот из яблок | 110 | 0,1 | 0 | 26,36 | 31,6 |  | 243 |
| Обед | Огурец соленыйСуп лапша с курицейРис с масломКотлета рыбнаяПодлив Компот из сухофруктовХлеб ржано-пшеничный | 20150110602015040 | 06,28315,650,280,511,88 | 04,32,327,51,3700,28 | 0,2218,1622,918,42,1624,2319,92 | 1,4141,112814021,79085,6 | 527,30,380,4300,360 | 5861912552282418 |
|  | За обед | 550 | 18,86 | 14,65 | 108,9 | 520,58 |  |  |
| Ус. полдник | Овощное рагуЧай  Хлеб | 15015012 | 3,901,8 | 4,400,2 | 10,56,4311,5 | 12223,5647,75 | 11,900 | 772638 |
|  | За полдник | 327 | 5,86 | 3,52 | 32,43 | 243,5 |  |  |
|  | Всего за день |  | 32,96 | 31,64 | 199,1 | 1229,5 |  |  |