

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ детский сад № 5  
С.А.Кобалия

## МЕНЮ

Меню приготовленных блюд ( ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ 3 – 7 ГОДА) 12-часовой режим пребывания

15.04.2024.

1 день: понедельник	Неделя : первая	Наименование учреждения : МБДОУ детский сад № 5
------------------------	-----------------	--

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша молочная гречневая	200	5,97	5,5	17,1	142,4	0,9	227
	Печенье	40	2,4	0,30	15,0	78		
	Масло сливочное	5 (10)	0,03 (2,32)	5,0 (2,95)	0,05 (-)	46,2 (36)		6 (7)
	Кофейный напиток с молоком	180	2,9	2,4	14,4	91,0	1,17	414
	<b>Итого:</b>	<b>427</b>	<b>11,32</b>	<b>13,2</b>	<b>46,55</b>	<b>357,6</b>	<b>2,07</b>	
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	100	0,5	-	10,1	42,4	2,0	418
	<b>Итого:</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>-</b>	<b>10,1</b>	<b>42,4</b>	<b>2,0</b>	
Обед	Салат из свеклы с луком (чесноком)	50	0,7	3,04	4,18	46,95	4,75	34
	Щи на мясном б-не со сметаной свеж. капустой, картоф.	200	1,6	5,4	6,9	71,0	17,7	73
	Плов с мясом птицы	200	20,4	18,7	33,9	386,7	0,96	321
	Кисель	180	0,2	0,01	31,7	127,9	0,13	397
	Хлеб ржаной	40	1,32	0,24	6,8	34,1		
	<b>Итого:</b>	<b>670</b>	<b>24,82</b>	<b>27,59</b>	<b>93,48</b>	<b>714,65</b>	<b>23,54</b>	
	<b>Итого за 1 день:</b>	<b>1827</b>	<b>63,95</b>	<b>71,47</b>	<b>214,86</b>	<b>1744,4</b>	<b>33,78</b>	
Полдник	Кисломолочный напиток Кефир	130	5,0	5,7	7,2	101,0	1,2	420
	Гренка из пшеничного хлеба.	30	2,0	4,2	21,0	131,0	-	
	<b>Итого:</b>	<b>210</b>	<b>7,0</b>	<b>9,9</b>	<b>28,2</b>	<b>132,0</b>	<b>1,2</b>	
Ужин	Сырники с морковью	150	21,13	17,3	31,68	367,5	1,1	247
	Соус молочный сладкий	30	0,6	1,4	3,97	30,45	0,09	369
	Чай черный с сахаром	180	0	0	12	48	0,03	411
	<b>Итого:</b>	<b>420</b>	<b>22,28</b>	<b>19,3</b>	<b>52,47</b>	<b>497,75</b>	<b>4,97</b>	
<b>Итого за 1 день:</b>		<b>1827</b>	<b>63,95</b>	<b>71,47</b>	<b>214,86</b>	<b>1744,4</b>	<b>33,78</b>	