

СОГЛАСОВАНО				УТВЕРЖДАЮ			
(должность)				Заведующий			
(ФИО)				д/с «Колосок»			
(дата)				Н.Е. Лобанова			
				02.07.25г.			
Меню приготавливаемых блюд							
Возрастная категория:	От 3 до 7 лет						
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 3							
ЗАВТРАК	Пудинг из творога (запеченный)	160	24,22	17,22	38,93	408	235
	Пряник витаминизированный	30	1,44	0,84	23,31	100,74	14
	Чай с сахаром	200	0,14	0,00	6,14	24	286
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		390	25,80	18,06	68,38	532,74	
ЗАВТРАК 2	Плоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	118
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,40	0,40	9,80	47	
ОБЕД	Салат картофельный с зеленым горошком	60	1,86	6,84	5,88	92,4	66
	Суп гороховый	200	14,28	12,30	26,02	272,12	127
	Капуста тушеная с мясом	150	16,72	13,50	10,83	240,83	112
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,2	575
	Компот из сухофруктов	180	0,94	0,00	24,26	96,7	122
ИТОГО ЗА ОБЕД		630	36,52	33,16	82,91	781,25	
ПОЛДНИК	Кофейный напиток на молоке	200	2,80	2,20	14,80	87	290
	Булочка ванильная	70	6,18	5,48	33,60	208,83	541

ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	270	8,98	7,68	48,40	295,83	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1390	75,30	59,84	209,49	1656,82	