

СОГЛАСОВАНО		УТВЕРЖДАЮ					
_____		_____					
(должность)		Заведующий д/с					
_____		«Колосок»					
(ФИО)		Н.Е. Лобанова					
_____		11.07.25г.					
(дата)		(дата)					
Меню приготавливаемых блюд							
Возрастная категория:	От 1,5 до 3 лет						
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 10							
ЗАВТРАК	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	150	5,55	5,93	22,12	164,25	6/4
	Какао с молоком	180	3,24	2,39	11,88	84,01	292
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	114
	Сыр порционный	10	2,60	2,68	0,00	35,2	27
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		360	12,91	11,16	43,84	330,46	
ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый или овощной витаминизированный	180	0,90	0,18	18,18	82,8	130
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		180	0,90	0,18	18,18	82,8	
ОБЕД	Салат луковый	30	0,40	2,70	2,10	34	30
	Уха рыбацкая	180	6,12	1,89	8,82	78,3	30/2
	Макаронные изделия отварные	110	4,35	0,81	26,80	131,67	204
	Котлета из говядины	60	10,32	6,24	7,08	125,88	181
	Напиток лимонный	150	0,15	0,00	19,28	78,75	436
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4	575
ИТОГО ЗА ОБЕД		560	23,38	12,03	76,02	508	

ПОЛДНИК	Ватрушка творожная	60	8,16	15,12	19,32	245,76	175
	Снежочек	150	5,22	4,5	7,2	90	401
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		240	10,97	18,04	35,25	344,11	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1340	48,16	41,41	173,29	1265,37	