

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий д/с «Колосок» (должность)Лобанова Н.Е. (ФИО)(дата)Заведующийд/с «Колосок» (должность)Лобанова Н.Е. (ФИО)11.07.25г. (дата)**Меню приготавливаемых блюд на 20.12.24г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 10							
ЗАВТРАК	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	200	7,40	7,90	29,50	219	6/4
	Какао с молоком	180	3,24	2,39	11,88	84,01	292
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	114
	Сыр порционный	10	2,60	2,68	0,00	35,2	27
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		420	15,52	13,21	56,14	408,71	
ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый или овощной витаминизированный	200	1,00	0,20	20,20	92	130
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		200	1,00	0,20	20,20	92	
ОБЕД	Салат луковый	60	0,80	5,40	4,20	68	30
	Уха рыбацкая	200	6,80	2,10	9,80	87	30/2
	Макаронные изделия отварные	130	5,14	0,96	31,67	155,61	204
	Котлета из говядины	80	13,76	8,32	9,44	167,84	181
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,2	575
	Напиток лимонный	180	0,18	0,00	23,13	94,5	436

ИТОГО ЗА ОБЕД		690	29,4	17,3	94,16	652,15	
ПОЛДНИК	Ватрушка творожная	70	9,52	17,64	22,54	286,72	175
	Снежочек	200	5,22	4,5	7,2	90	401
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		270	12,64	20,88	40,24	396	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1580	58,56	51,59	210,74	1548,86	