

СОГЛАСОВАНО				УТВЕРЖДАЮ			
(должность)				Заведующий			
(ФИО)				д/с «Колосок»			
(дата)				Н.Е. Лобанова			
				04.07.25г.			
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 5							
ЗАВТРАК	Каша гречневая молочная жидкая	200	6,98	10,42	25,00	222,38	64
	Кофейный напиток на молоке	200	2,80	2,20	14,80	87	290
	Бутерброды с маслом сливочным	35	0,88	2,26	5,13	42,24	2
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		435	10,66	14,88	44,93	351,62	
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	Морковь припущенная	60	1,28	1,57	6,67	47,18	7,14
	Суп Пуштыешыд	200	4,68	3,50	14,32	107,76	63
	Каша пшеничная вязкая	130	5,63	7,73	24,73	190,97	262
	Гуляш из отварного мяса в молочно-сметанном соусе	80	10,53	7,54	2,17	118,06	93
	Компот из сухофруктов	180	0,94	0,00	24,26	96,7	122
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94	701.2
ИТОГО ЗА ОБЕД		690	26,22	20,74	91,47	654,67	

ПОЛДНИК	Запеканка из овощей	200	8,06	12,68	37,20	295,64	96
	Чай сладкий с молоком	200	3,12	3,24	17,70	109,28	134
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	114
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		430	13,46	16,16	69,66	475,42	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1755	51,34	51,98	226,26	1573,71	