

СОГЛАСОВАНО				УТВЕРЖДАЮ			
Заведующий д/с «Колосок» (должность)				Заведующий д/с «Колосок» (должность)			
Лобанова Н.Е. (ФИО)				Лобанова Н.Е. (ФИО)			
(дата)				09.07.25г. (дата)			
Меню приготавливаемых блюд на 18.12.24г.							
Возрастная категория:	С 3 до 7 лет						
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 8							
ЗАВТРАК	Запеканка творожная	160	21,86	14,46	15,87	290,13	79
	Чай с сахаром	200	0,14	0,00	6,14	24	286
	Пряник витаминизированный	30	1,44	0,84	23,31	100,74	14
	Молоко сгущенное с сахаром	10	0,16	0,19	1,22	7,22	12
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	23,60	15,49	46,54	422,09	
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	18,30	78	496
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		200	0,68	0,28	18,30	78	
ОБЕД	Салат из свежих огурцов	60	0,40	3,65	1,08	38,63	28
	Суп гороховый	200	14,28	12,30	26,02	272,12	127
	Пюре картофельное	130	2,82	4,06	6,97	107,38	56
	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	80	10,97	5,94	5,03	117,71	124
	Компот из сухофруктов	180	0,94	0,00	24,26	96,7	122
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,2	575

ИТОГО ЗА ОБЕД		690	32,13	27,08	82,50	733,37	
ПОЛДНИК	Оладьи с маслом, джемом, сахаром (с джемом)	70	5,09	5,57	27,84	184,45	286
	Какао с молоком	180	3,24	2,39	11,88	84,01	292
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	8,33	7,96	39,72	268,46	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1540	64,74	50,81	187,06	1501,92	