

Меню и пищевая ценность блюд на

6 августа 2021 г.

Утверждаю

И.о. заведующей МАДОУ "Детский сад № 58

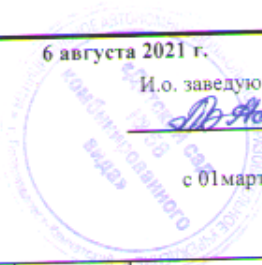
Т.В. Асекритова

5

День: 5
Неделя: 1
Сезон: Ограниченный

с 01 марта по 01 сентября

Возрастная категория: 3-7 лет



№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг) С
			Б	Ж	У		
Завтрак							
231	Сырники из творога	130	15,8	16,0	13,7	301,60	0,33
	Варенье	25	0,1	0,1	5,2	22,10	0,2
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	30	2,9	1,01	15,60	79,10	
392	Чай с сахаром	180	1,2	1,5	12,0	64,0	1,30
	Яблоко	110	0,40	0,500	11,80	56,40	6,0
Завтрак2							
10-00	Сок фруктовый	100	0,1		10,3	42,00	0,8
Обед							
622 (з)							
87	Суп рыбный (с пшеном)	200	6,5	3,7	14,1	140,93	3,8
281	Котлета мясная, запеченная с соусом молочным	70	7,2	9,1	6,9	161,00	0,35
336	Капуста тушеная	120	1,1	2,8	3,5	54,89	6,12
376	Компот из сушеных фруктов (курага)	180	0,96	0,12	17,28	75,24	10,80
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	30	2,9	1,01	15,60	79,10	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63	
ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 5, НЕДЕЛЯ 1 СЕЗОН ОГРАНИЧЕННЫЙ (с 01.03 по 01.09), возрастная категория 3-7 лет			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг) С
			Б	Ж	У		
			40,7	39,3	139,2	1136,0	29,7

Меню и пищевая ценность блюд на

6 августа 2021 г.

Утверждаю

И.о. заведующей МАДОУ "Детский сад № 58

Т.В. Асекритова

5

День: 5
Неделя: 1
Сезон: Ограниченный

с 01 марта по 01 сентября

Возрастная категория: 1,5-3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг) С
			Б	Ж	У		
Завтрак							
231	Сырники из творога	110	17,3	14,9	11,6	255,20	0,3
	Варенье	20	0,1	0,1	4,8	21,70	0,15
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
392	Чай с сахаром	150	1,0	1,2	9,2	52,40	1,1
	Яблоко	110	0,40	0,500	11,80	56,40	6,00
Завтрак2							
10-00	Сок фруктовый	100	0,1		10,3	42,00	0,8
Обед							
87	Суп рыбный (с пшеном)	150	4,9	2,8	10,6	105,7	2,9
281	Котлета мясная, запеченная с соусом молочным	55	5,7	7,1	5,4	126,50	0,3
336	Капуста тушеная	110	1,0	2,6	3,2	49,9	5,6
376	Компот из сушеных фруктов (курага)	150	0,8	0,1	14,4	62,70	9,0
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта.	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	
ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 5, НЕДЕЛЯ 1 СЕЗОН ОГРАНИЧЕННЫЙ (с 01.03 по 01.09), возрастная категория 1,5-3 лет			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал/г)	Витамины (мг) С
			Б	Ж	У		
			35,9	32,8	110,7	937,4	26,2