

№ рецепта		Наименование блюда		Масса порции		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		Витамины (мг)		
						Б	Ж	У			С		
<p>24 ноября 2021</p> <p>И.о. заведующей МАДОУ "Детский сад № 58" Т.В. Асекритова</p> <p>с 01 сентября по 01 марта</p> <p>Утверждаю</p> <p>№ 58</p> <p>«Детский сад № 58 комбинированного вида»</p>													
16		День: 1		Неделя: 4		Сезон: Основной		Возрастная категория: 1,5-3 лет					
Завтрак													
262 (к) 1		Каша жидкая на молоке (рисовая)		150		3,2		7,8		18,6		207,60	
		Масло коровье сладкосливочное		10		0,1		7,8		0,1		70,90	
		Хлеб из муки пшеничной первого сорта		20		1,5		0,54		9,7		48,64	
		Кофейный напиток с молоком		150		1,1		1,2		1,8		22,50	
Завтрак2													
10-00		Сок фруктовый		100		0,5		0,1		10,1		43,00	
Обед													
622 (з)		Салат из морской капусты с клюквой и растительным маслом		40		0,1		3,8		0,4		27,10	
135 (к)		Суп картофельный с мясными		170		1,3		1,8		9,2		111,92	
278		Бефстроганов из печени		100		11,2		5,3		2,7		105,40	
165		Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)		105		4,1		5,2		21,5		193,83	
376		Компот из сушеных фруктов (изюм)		150		0,33		0,01		20,83		84,80	
		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	
Полдник													
738		Пирожок печеный с картофелем и луком		60		3,4		2,6		27,5		155,00	
		Молоко обогащенное йодказеином		160		4,3		4,8		7,1		90,00	
Ужин													
45		Винегрет овощной		40		0,5		3,0		3,3		52,30	
298/354.		Голубцы ленивые с соусом (110/15)		125		10,4		8,4		18,6		204,2	
392		Чай с сахаром		150/7		1,0		1,2		9,2		52,40	
		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 1, НЕДЕЛЯ 4 СЕЗОН ОСНОВНОЙ (с 01.09 по 01.03), возрастная категория 1,5-3 лет						Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)		Витамины (мг)		
						Б		Ж		У		С	
						48,2		55,4		199,9		1658,1	

Меню и пищевая ценность блюд на

24 ноября 2021

Утверждаю

16

День: 1
Неделя: 4
Сезон: Основной

«Детский сад
№ 58
комбинированного
вида»

И.О. заведующей МАДОУ "Детский сад № 58

Т.В. Асекритова

Возрастная категория: 3-7 лет

с 01 сентября по 01 марта

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг) С
			Б	Ж	У		
Завтрак							
262 (к) I	Каша жидкая на молоке (рисовая)	200	4,2	8,3	24,2	289,6	2,10
	Масло коровье сладкосливочное несоленое порц.	10	0,1	7,8	0,1	70,90	
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	30	2,9	1,01	15,60	79,10	
1195 к	Кофейный напиток с молоком	180	1,5	1,6	12,1	64,20	4,60
Завтрак2							
10-00	Нектар овощной	100	0,5	0,1	10,1	43,00	2
Обед							
622 (з)	Салат из морской капусты с клюквой и растительным маслом	60	0,2	5,2	1,1	45,57	2,00
135 (к)	Суп картофельный с мясными фрикадельками (170/30)	200	1,5	1,9	9,7	131,67	3,90
278	Бефстроганов из печени	110	13,1	6,2	3,2	123,60	1,10
165	Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)	115	4,8	6,1	23,3	231,98	
376	Компот из сушеных фруктов (изюм)	180	0,38	0,01	25,00	101,76	5,5
	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	
Полдник							
738	Пирожок печеный с картофелем и луком	70	3,9	3,1	32,1	181,30	2,6
	Молоко обогащенное йодказеином "Умница"	185	5,6	5,2	8,5	109,00	2,20
Ужин							
61 (к)	Винегрет с сельдью	60	1,2	4,8	5,2	80,55	4,3
298/354.	Голубцы ленивые с соусом (115/25)	140	11,8	10,2	22,7	243,5	6,2
392	Чай с сахаром	180/10	1,2	1,5	12,0	64,0	1,30
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63	
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 1, НЕДЕЛЯ 4 СЕЗОН ОСНОВНОЙ (с 01.09 по 01.03), возрастная категория 3-7 лет			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг) С
			Б	Ж	У		
			60,2	65,6	256,5	2106,7	37,8