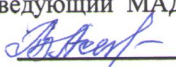


№ рец.		Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)
				Б	Ж	У		С
<p>19 Меню и пищевая ценность блюд на 25 апреля 2022 г. Утверждаю</p> <p>День: 4</p> <p>Неделя: 4</p> <p>Сезон: Ограниченный с 01 марта по 01 сентября</p> <p>Возрастная категория: 3-7 лет</p>								
<b>Завтрак</b>								
22		Каша жидкая на молоке (манная)	180	3,9	5,3	20,7	213,80	1,2
произ.		Хлеб из муки пшеничной первого сорта	30	2,9	1,01	15,60	79,10	
приз.		Масло коровье сладкосливочное несоленое порц.	10	0,10	8,30	0,10	74,90	0,00
397		Какао с молоком	180	3,3	3,4	23,0	109,6	1,2
<b>ИТОГО за завтрак</b>			<b>400</b>	<b>10,3</b>	<b>18,0</b>	<b>59,4</b>	<b>477,4</b>	<b>2,4</b>
<b>Завтрак2 в 10:30</b>								
произв.		Сок овощной	100	0,1		3,5	20,00	0,8
произв.		груша	100	0,4	0,1	15,2	57,00	2,5
<b>ИТОГО за второй завтрак</b>			<b>200</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>18,7</b>	<b>77,0</b>	<b>3,3</b>
<b>Обед</b>								
19		Салат из консервированных огурцов с луком и растительным маслом	60	0,5	5,4	1,4	52,80	6,3
590 (ТИ)		Свекольник	180	3,1	3,4	12,0	87,50	5,00
274		Говядина тушеная с овощами и картофелем в соусе	180	10,0	9,11	22,44	216,5	15,3
382		Кисель из сока натурального	170	0,46	0,06	25,80	145,1	8,00
произ.		Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63	
<b>ИТОГО за обед</b>			<b>615</b>	<b>15,5</b>	<b>18,4</b>	<b>74,8</b>	<b>561,6</b>	<b>34,6</b>
<b>Полдник</b>								
777 (с)		Булочка "Алтайская"	70	4,9	4,6	34,4	212,8	0,01
произ.		Биокекфир	180	4,8	4,6	7,2	117,80	1,56
<b>ИТОГО за полдник</b>			<b>250</b>	<b>10</b>	<b>9</b>	<b>42</b>	<b>331</b>	<b>2</b>
<b>Ужин</b>								
254		Филе минтая запеченное	80	9,60	6,29	5,94	147,77	0,00
342		Рагу овощное	130	3,3	5,3	8,2	153,40	5,9
произ.		Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63	
произ.		Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
393		Чай с сахаром и лимоном	180	0,15	0,00	9,50	40,10	2,50
произ.		Зефир	20	0,16	0,0	9,2	65,00	
<b>ИТОГО за ужин</b>			<b>455</b>	<b>16,14</b>	<b>12,58</b>	<b>55,67</b>	<b>514,54</b>	<b>8,35</b>
<b>ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 4, НЕДЕЛЯ 4 СЕЗОН ОГРАНИЧЕННЫЙ (с 01.03. по 01.09.), возрастная категория 3-7 лет</b>				<b>Пищевые вещества (г)</b>			<b>Энергетическая ценность (ккал)</b>	<b>Витамины (мг)</b>
				<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>		<b>С</b>
				<b>52,2</b>	<b>58,3</b>	<b>250,1</b>	<b>1961,1</b>	<b>50,2</b>

№ рец.		Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг) С
				Б	Ж	У		
19		День: 4						
		Неделя: 4						
		Сезон: Ограниченный						
		Возрастная категория: 1,5-3 лет						
		25.04.2022						
		Утверждаю						
		Заведующий МАДОУ "Детский сад № 58"						
								
		Т.В. Асекритова						
		с 01 марта по 01 сентября						
<b>Завтрак</b>								
262 (к) I		Каша манная молочная жидкая	150	2,9	4,4	17,4	177,50	1,1
произ.		Хлеб из муки пшеничной первого сорта	30	2,9	1,01	15,60	79,10	
произв.		Масло коровье сладкосливочное несоленое порц.	7	0,07	5,08	0,10	46,30	0,00
397		Какао с молоком	180	3,3	3,4	23,0	109,6	1,2
<b>ИТОГО за завтрак</b>			<b>367</b>	<b>9,3</b>	<b>13,9</b>	<b>56,1</b>	<b>412,5</b>	<b>2,3</b>
<b>Завтрак2 в 10:30</b>								
произв.		Сок фруктовый	100	0,1		3,5	20,00	0,8
произв.		груша	100	0,4	0,1	15,2	57,00	2,5
<b>ИТОГО за второй завтрак</b>			<b>200</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>18,7</b>	<b>77,0</b>	<b>3,3</b>
<b>Обед</b>								
19		Салат из консервированных огурцов с луком и растительным маслом	40	0,3	3,6	0,9	35,20	4,2
590 (ТИ)		Свекольник	180	3,8	3,3	12,7	92,25	4,95
274		Говядина тушеная с овощами и картофелем в соусе	150	8,3	7,59	18,70	259,8	12,8
382		Кисель из сока натурального	150	0,40	0,05	22,70	128,0	7,00
		Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63	
<b>ИТОГО за обед</b>			<b>545</b>	<b>14,3</b>	<b>15,0</b>	<b>68,1</b>	<b>574,9</b>	<b>28,9</b>
<b>Полдник</b>								
777 (с)		Булочка "Алтайская"	60	4,3	4,8	7,1	90,0	2,00
произ.		Биокекфир	180	4,8	4,6	7,2	117,80	1,56
<b>ИТОГО за полдник</b>			<b>240</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>14</b>	<b>208</b>	<b>4</b>
<b>Ужин</b>								
254		Филе минтая запеченное	60	7,20	8,36	4,45	110,82	0,00
342		Рагу овощное	150	3,8	6,2	10,2	276,00	6,8
произ.		Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
393		Чай с сахаром и лимоном	180	0,15	0,00	9,50	40,10	2,50
произ.		Зефир	20	0,16	0,0	9,2	65,00	
<b>ИТОГО за ужин</b>			<b>430</b>	<b>12,77</b>	<b>15,05</b>	<b>43,07</b>	<b>540,56</b>	<b>9,25</b>
<b>ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 4, НЕДЕЛЯ 4 СЕЗОН ОГРАНИЧЕННЫЙ (с 01.03. по 01.09.), возрастная категория 3-7 лет</b>				<b>Пищевые вещества (г)</b>			<b>Энергетическая ценность (ккал)</b>	<b>Витамины (мг) С</b>
				<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>		
				<b>45,9</b>	<b>53,5</b>	<b>200,3</b>	<b>1812,7</b>	<b>47,3</b>