Меню и пищевая ценность блюд на 15 июня 2022 г.

Асекритова Татьяна Владимировна
Заведующий МАДОУ "Детский сад № 58", Серийный номер сертификата: 00 e3 c4 e5 88 6f 4d 49 d4
2022.06.15 09:49:54+12'00'

11 **День:** 1

Неделя: 3

Сезон: Ограниченный с 01марта по 01 сентября

Возрастная категория: 3-7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		С
Завтрак							
04..11	Запеканка творожная	180	5,6	6,9	24,9	180,90	1,8
произ.	Соус абрикосовый	15	3,5	4,5	0	54,5	0,1
произ.	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	25	2,4	0,80	13,00	66,00	
397	какао с молоком	180	3,3	3,4	23,0	109,6	1,20
	ИТОГО за завтрак	***400***	***14,8***	***15,6***	***60,9***	***411,0***	***3,1***
Завтрак2 в 10:30							
произ.	Молоко Умница	100	1,0	0,1	12,6	56,00	3
произ.	Киви	100	1,00	0,560	10,20	55,40	30,0
	ИТОГО за второй завтрак	***200***	***2,0***	***0,7***	***22,8***	***111,4***	***33,0***
Обед							
14 (с)	Салат зеленый с свежим огурцом	60	0,6	4,8	1,2	49,0	4,50
119(к)I	Суп гороховый с птицей	180	3,2	6,6	4,5	102,24	6,57
468 (с)	Оладьи из печени	80	14,9	13,2	5,6	210,27	1,50
342	Рагу овощное	130	3,3	5,3	8,2	153,4	5,9
375	Компот из плодов (клюква)	180	0,13	0,00	15,1	63,44	8,40
произ.	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63	
	ИТОГО за обед	***655***	***23,6***	***30,3***	***47,7***	***637,9***	***26,8***
Полдник							
776 (с)	Булочка "Розовая"	70	5,7	2,00	35,3	182,56	0,18
произ.	Кисломолочный напиток "Снежок	180	5,2	4,5	15,0	134,0	1,32
	ИТОГО за полдник	***250***	***10,9***	***6,5***	***50,3***	***316,6***	***1,5***
Ужин							
произ.	Огурец консервир	25	0,48	0,06	1,5	8,4	6
291	Запеканка картофельная с мясом отварным	160	10,4	16,6	24,3	298,50	6,40
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63	
392	Чай с сахаром	180	1,2	1,5	12,0	64,0	1,30
	ИТОГО за ужин	***390***	***13,6***	***18,7***	***50,9***	***430,5***	***13,7***

ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 1, НЕДЕЛЯ 3 СЕЗОН ОГРАНИЧЕННЫЙ (с 01.03 по 01.09), возрастная категория 3-7 лет	**Пищевые вещества (г)**			**Энерге-тическая ценность (ккал)**	**Витамины (мг)**
	Б	**Ж**	**У**		**С**
	64,8	**71,8**	**232,6**	**1907,4**	**78,1**

Сезон: Ограниченный с 01марта по 01 сентября

Возрастная категория: 1,5-3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность	Витамины (мг)
			Б	Ж	У		С
Завтрак							
04..11	Запеканка творожная	150	4,7	5,8	20,8	150,80	1,5

произ.	Соус абрикосовый	15	3,5	4,5	0	54,5	0,1
произ.	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	25	2,4	0,80	13,00	66,00	
397	какао с молоком	180	3,3	3,4	23,0	109,6	1,20
	ИТОГО за завтрак	***370***	***13,9***	***14,5***	***56,8***	***380,9***	***2,8***
Завтрак2 в 10:30							
произ.	Молоко Умница	100	1,0	0,1	12,6	56,00	3
произ.	Киви	100	1,00	0,560	10,20	55,40	30,0
	ИТОГО за второй завтрак	***200***	***2,0***	***0,7***	***22,8***	***111,4***	***33,0***
Обед							
14 (с)	Салат зеленый с свежим огурцом	40	0,4	3,1	0,8	32,6	3,60
119(к)I	Суп гороховый с птицей	150	2,7	5,4	3,8	85,20	5,50
468 (с)	Оладьи из печени	60	11,2	9,9	4,2	157,70	1,10
342	Рагу овощное	120	3,0	4,9	8,2	141,6	5,4
375	Компот из плодов (клюква)	180	0,13	0,00	15,1	63,44	8,40
произ.	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63	
	ИТОГО за обед	***575***	***18,9***	***23,8***	***45,1***	***540,2***	***24,0***
Полдник							
776 (с)	Булочка "Розовая"	50	4,0	1,40	25,3	130,40	2,60
произ.	Кисломолочный напиток "Снежок	180	5,2	4,5	15,0	134,0	1,32
	ИТОГО за полдник	***230***	***9,2***	***5,9***	***40,3***	***264,4***	***3,9***
Ужин							
произ.	Огурец консервир в	25	0,08	0,025	3,85	21	6
291	Запеканка картофельная с мясом отварным	130	9,6	14,7	19,8	263,00	5,20
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63	
392	Чай с сахаром	180	1,2	1,5	12,0	64,0	1,30
	ИТОГО за ужин	***360***	***12,4***	***16,7***	***48,8***	***407,6***	***12,5***

ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 1, НЕДЕЛЯ 3 СЕЗОН ОГРАНИЧЕННЫЙ (с 01.03 по 01.09), возрастная категория 3-7 лет	**Пищевые вещества (г)**			**Энерге-тическая ценность (ккал)**	**Витамины (мг)**
	Б	**Ж**	**У**		**С**
	56,4	**61,5**	**213,8**	**1704,5**	**76,2**