Меню и пищевая ценность блюд на 03 мая 2023 Утверждаю

Асекритова Татьяна Владимировна
Заведующий МАДОУ "Детский сад № 58", Серийный номер сертификата: 00 c3 4e 17 3b 35 4e 54 2b 68 3d b8 1a e6 03 f9 9c
Место подписания
2023.05.02 10:40:15+12'00'

3 **День:** 3

Неделя: 1

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							
235	Пудинг из творога с	150	27,8	27,2	18,56	471,00	3,51
351	Соус молочный сладкий	25	0,40	0,90	3,50	26,00	0,12
произ.	Хлеб из муки пшеничной	30	2,9	1,01	15,60	79,10	
394	Чай с молоком с сахаром	180	1,5	1,6	12,1	64,2	4,60
	Итого за завтрак	***385***	***32,61***	***30,69***	***49,76***	***640,30***	***8,23***
Завтрак2 в 10:00							
произ.	Сок овощной	100	1,50	0,15	4,35	25,00	16,00
произ.	Банан	100	1,6	0,5	25	117,50	10,00
	Итого за второй завтр	***200***	***3,10***	***0,65***	***29,35***	***142,50***	***26,00***
Обед							
556 (з)	Салат свекла с растител.маслом	60	0,6	4,5	4,7	25,55	4,3
138 (к)I	Суп гороховый	180	3,5	0,5	17,7	101,5	9,2
295	Рулет с мясом и яйцом и луком	80	10,1	9,2	6,2	145,4	2,6
315	Рис отварной	130	3,0	0,4	20,2	189,96	7,50
378	Кисель из ягод (черная смородина)	170	0,34	0,00	26,9	140,8	10,80
произ.	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63	
	ИТОГО за обед	***645***	***19,0***	***15,1***	***88,9***	***662,8***	***34,3***
Полдник							
произ.	Булочка Дорожная	50	3,5	2,8	45,0	183,00	
произ.	Йогурт фруктовый	200	5,3	4,6	18,5	154,0	1,32
	ИТОГО за полдник	***250***	***8,8***	***7,4***	***63,5***	***337,0***	***1,3***
Ужин							
302	Филе птицы, тушенное с овощами	180	9,6	2,8	16,1	122,30	8,87
произ.	Томат консервир в с/соку	25	0,48	0,06	1,5	8,4	6
392	Чай с сахаром	180	1,2	1,5	12,0	64,0	1,30
произ.	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
произ.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,18	0,36	10,48	47,70	
	ИТОГО за ужин	***425***	***14,0***	***5,3***	***49,8***	***291,0***	***16,2***
ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 3, НЕДЕЛЯ 1 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**
			77,5	**59,1**	**281,3**	**2073,7**	**86,1**

Меню и пищевая ценность блюд на 3 мая 2023 Утверждаю

Заведующий МАДОУ "Детский сад № 58"

3 **День:** 3 _____ Т.В. Асекритова

Неделя: 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							
235	Пудинг из творога с	130	22,0	21,3	16,51	373,20	2,73
351	Соус молочный сладкий	25	0,40	0,90	3,50	26,00	0,12
произ.	Хлеб из муки пшеничной	30	2,9	1,01	15,60	79,10	
394	Чай с молоком с сахаром	180	1,5	1,6	12,1	64,2	4,60
	Итого за завтрак	***365***	***26,86***	***24,81***	***47,71***	***542,50***	***7,45***
Завтрак2 в 10:00							
произ.	Сок фруктовый	100	1,50	0,15	4,35	23,00	16,00
произ.	Банан	100	1,6	0,5	25	117,50	10,00
	Итого за второй завтр	***200***	***3,10***	***0,65***	***29,35***	***140,50***	***26,00***
Обед							
556 (з)	Салат свекла с растител.маслом	40	0,4	3,0	3,1	57,00	3,5
138 (к)I	Суп гороховый	150	2,9	0,5	14,8	84,6	7,7
295	Рулет с мясом и яйцом и	60	7,6	6,9	4,7	109,1	1,9
315	Рис отварной	120	2,8	6,5	18,7	175,30	7,04
378	Кисель из ягод (черная смородина)	170	0,34	0,00	26,9	140,8	10,80
произ.	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63	
	ИТОГО за обед	***565***	***15,5***	***17,4***	***81,3***	***626,4***	***30,9***
Полдник							
произ.	Булочка Дорожная	50	3,5	2,8	45,0	183,00	
произ.	Йогурт фруктовый	200	5,3	4,6	18,5	154,0	1,32
	ИТОГО за полдник	***250***	***8,8***	***7,4***	***63,5***	***337,0***	***1,3***
Ужин							
302	Филе птицы, тушенное с	150	8,1	2,1	13,9	105,70	7,40
произ.	Томат консервир в с/соку	25	0,48	0,06	1,5	8,4	6
392	Чай с сахаром	180	1,2	1,5	12,0	64,0	1,30
произ.	Хлеб из муки пшеничной	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
произ.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,18	0,36	10,48	47,70	
	ИТОГО за ужин	***395***	***12,5***	***4,6***	***47,6***	***274,4***	***14,7***

ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 3, НЕДЕЛЯ 1 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**
	66,7	**54,8**	**269,5**	**1920,8**	**80,4**