Меню и пищевая ценность блюд на 7 июня 2023 г. **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
2023.06.06 13:28:43+12'00'

6 **День:** 1
Неделя: 2
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							
262	Каша жидкая на молоке (пшеничная)	180	5,0	5,7	29,1	187,9	1,90
произ.	Хлеб из муки пшеничной первого	30	2,9	1,01	15,60	79,10	
397	Какао с молоком	180	3,3	3,4	23,0	109,60	1,20
	ИТОГО за завтрак	***390***	***11,2***	***10,1***	***67,7***	***376,6***	***3,1***
Завтрак2 в 10:30							
произ.	Сок фруктовый	110	0,4	0,1	10,1	43,00	2
	ИТОГО за второй завтрак	***110***	***0,4***	***0,1***	***10,1***	***43,0***	***2,0***
Обед							
13	Салат из свежих огурцов с зеленью и подвослнечным маслом	60	3,00	4,4	1,6	46,0	5,1
133 (с)	Суп картофельный с птицей	180	3,6	5,6	15,3	82,80	8,80
281	Котлета мясная, запеченная в соусе молоч.	70	0,7	0,2	25,1	106,50	6,60
204./317	Макаронные изделия отварные	130	4,6	5,9	31	195,0	0,0
376	Компот из сушенных фруктов (смесь косточковых)	180	0,7	0,2	25,1	106,5	6,6
произв.	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63	
	ИТОГО за обед	***645***	***14,07***	***16,75***	***111,41***	***596,40***	***27,10***
Полдник							
458	Ватрушка с творогом	70	9,2	5,5	29,3	202,1	0,1
произ.	Молоко витаминизированное	180	5,2	5,8	8,5	108,00	14,50
	ИТОГО за полдник	***250***	***14,4***	***11,3***	***37,8***	***310,1***	***14,6***
Ужин							
319 (К)I	Рыба запеченная, с картофелем	180	13,80	11,70	18,50	273,33	7,09
378	Кисель из брусники	170	0,00	0,00	24,93	143,6	10,20
произ.	Хлеб из муки пшеничной первого	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
	ИТОГО за ужин	***370***	***15,3***	***12,2***	***53,2***	***465,6***	***17,3***

ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 1, НЕДЕЛЯ 2 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**
	55,4	**50,5**	**280,2**	**1791,7**	**64,1**