

Мещеряковский детский сад Буинского муниципального района РТ

МЕНЮ

на 31.03.2023

с 12 - часовым пребыванием от 3 до 7 лет

День 10 - ый

Наименование блюд и продуктов	Масса порции				Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептов
		белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК							
Каша Геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/5	7,46	9,52	33,83	251,91	0,86	ТТК №5Д
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,35	90,54	1,17	№395 Дели2010
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,50	15,49	111,60		№1 Дели2010
Итого:	400	12,60	16,43	63,67	454,05	2,03	
2 - ой ЗАВТРАК							
Фрукты свежие		0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк. 2016
Яблоки	100						
Итого:	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
ОБЕД							
Салат из кукурузы к/с	50	1,44	3,09	4,02	49,65	4,65	СБ дошк 2016 №12
Суп-лапша домашняя на курином бульоне с мясом птицы	180/10	4,19	5,85	8,40	109,54	0,60	№94 сб дошк2016
Биточки "Домашние"	70	10,65	15,50	10,72	225,40	0,73	Акт проработки от 25.12.2018 №569
Рагу из овощей	150	2,53	15,70	12,29	202,86	17,87	№148 сб дошк 2016
Компот из яблок	180	0,14	0,14	25,09	103,14	0,81	№390 СБ дошк 2016
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,82	89,10		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:	685	21,92	40,82	78,34	779,69	24,66	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
Молоко кипяченое		5,22	4,50	8,64	96,30	2,34	№419 СБ дошк2016
Молоко	180						
Слойка сладкая	50	3,19	5,89	25,36	166,67		
Макаронные изделия отварные с сыром	150	10,15	11,94	25,58	250,88	0,17	№204 Сб шк 2017
Напиток из шиповника	180/6	0,61	0,25	18,68	79,38	90,00	№ 399 СБ дошк2016
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00	табл 6 стр 134, Дели + 2012
Итого:	596	21,45	22,82	93,02	663,65	92,51	
ВСЕГО:	1781	56,37	80,47	244,83	1944,38	129,20	

Заведующий
Завхоз
Повар



Г.М.Шакирова
Э.Р.Хамидуллина
А.Ф.Аксанова