

Подписано цифровой  
подписью: Шевцова Елена  
Викторовна

ежедневное меню

Утверждено Заведующий МДОУ Е.В. Шевцова  
Дата: 2024.08.12 13:16:02 +03'00'

Дата 12.08.2024

Сезон летне-осенний возрастная категория 3-7 лет

| №<br>рецептур<br>ы | Наименование блюда                       | Выход,<br>г | Белки,<br>г  | Жиры,<br>г   | Углево-<br>ды, г | ЭЦ,<br>ккал    |
|--------------------|------------------------------------------|-------------|--------------|--------------|------------------|----------------|
|                    | <b>Завтрак:</b>                          |             |              |              |                  |                |
| 168                | Каша вязкая пшеничная                    | 135         | 3.72         | 4.23         | 21.27            | 138            |
| 396                | Кофейный напиток со сгущенным<br>молоком | 180         | 7.44         | 3.60         | 0.06             | 85.00          |
| -                  | Хлеб пшеничный                           | 15          | 1.52         | 0.18         | 9.38             | 46.00          |
| -                  | Хлеб ржаной                              | 15          | 1.33         | 0.24         | 7.10             | 36.18          |
|                    | <b>Итого за завтрак:</b>                 | <b>345</b>  | <b>14.01</b> | <b>8.25</b>  | <b>37.81</b>     | <b>305.18</b>  |
|                    | <b>Обед:</b>                             |             |              |              |                  |                |
| 85                 | Суп картофельный с клецками              | 200         | 2.95         | 3.36         | 12.14            | 87             |
| 305                | Котлеты из мяса птицы                    | 80          | 14.34        | 11.70        | 11.86            | 211.00         |
| 336                | Капуста тушенная                         | 130         | 3.13         | 5.56         | 14.38            | 120.00         |
| 376                | Компот из сухофруктов                    | 180         | 0.44         | 0.02         | 16.44            | 64.80          |
| -                  | Хлеб пшеничный                           | 20          | 1.52         | 0.18         | 9.38             | 46.00          |
| -                  | Хлеб ржаной                              | 20          | 1.33         | 0.24         | 7.1              | 36.18          |
|                    | <b>Итого за обед:</b>                    | <b>630</b>  | <b>23,71</b> | <b>21.06</b> | <b>71.30</b>     | <b>564.98</b>  |
|                    | <b>Полдник:</b>                          |             |              |              |                  |                |
| 189                | Запеканка рисовая с творогом             | 75          | 8.06         | 11.31        | 28.32            | 230.00         |
| 350                | Соус молочный сладкий                    | 30          | 0.58         | 1.36         | 0.88             | 30.45          |
| 392                | Чай с сахаром                            | 180         | 5.22         | 4.50         | 7.56             | 92,0           |
|                    | <b>Итого за полдник:</b>                 | <b>285</b>  | <b>13.86</b> | <b>17.17</b> | <b>36.76</b>     | <b>352,45</b>  |
|                    | <b>Итого за день:</b>                    | <b>1260</b> | <b>51.58</b> | <b>46.48</b> | <b>145.87</b>    | <b>1222.61</b> |

Подписано цифровой  
подписью: Шевцова Елена  
Викторовна

ежедневное меню

Дата: 2024.08.12 13:16:38 +03'00' Дата 12.08.2024

Заведующий МДОУ Е.В. Шевцова  
Сезон Летне - осенний возрастная категория 1.5 - 3 лет

| №<br>рецептур<br>ы | Наименование блюда            | Выход, г | Белки, г | Жиры,<br>г | Углево-<br>ды, г | ЭЦ,<br>ккал |
|--------------------|-------------------------------|----------|----------|------------|------------------|-------------|
|                    | Завтрак                       |          |          |            |                  |             |
| 168                | Каша вязкая пшеничная         | 135      | 3.72     | 4.23       | 21.27            | 138.00      |
| 396                | Кофейный напиток со сгущенным | 160      | 2.34     | 2          | 0.02             | 70          |
| -                  | Хлеб пшеничный                | 15       | 1.52     | 0.18       | 9.38             | 46.00       |
| -                  | Хлеб ржаной                   | 15       | 1.33     | 0.24       | 7.10             | 36.18       |
|                    | Итого за завтрак:             | 325      | 8.91     | 6.65       | 37.77            | 290.18      |
|                    | Обед                          |          |          |            |                  |             |
| 85                 | Суп картофельный с клецками   | 150      | 1.26     | 2.02       | 7.28             | 52.35       |
| 305                | Котлеты из мяса птицы         | 60       | 10.76    | 8.77       | 8.89             | 158.20      |
| 336                | Капуста тушенная              | 130      | 3.13     | 5.56       | 14.38            | 120.00      |
| 392                | Компот из сухофруктов         | 160      | 0.39     | 0.02       | 14.6             | 57.6        |
| -                  | Хлеб пшеничный                | 20       | 1.52     | 0.18       | 9.38             | 46.00       |
| -                  | Хлеб ржаной                   | 20       | 1.33     | 0.24       | 7.10             | 36.18       |
|                    | Итого за обед:                | 540      | 18.39    | 16.79      | 61.63            | 470.33      |
|                    | Полдник:                      |          |          |            |                  |             |
| 189                | Запеканка рисовая с творогом  | 75       | 6.70     | 7.70       | 23.60            | 192.0       |
| 350                | Соус молочный                 | 30       | 0.58     | 1.36       | 0.88             | 30.45       |
| 392                | Чай с сахаром                 | 160      | 0.04     | 0.01       | 6.99             | 28          |
|                    | Итого за полдник:             | 265      | 7.32     | 9.16       | 31.47            | 250.45      |
|                    | Итого за день:                | 1130     | 34.62    | 32.60      | 130.87           | 1010.96     |