

Подписано цифровой подписью:

Шевцова Елена Викторовна **ежедневное меню**

Утверждено: 2024.07.15 08:35:57 +03'00' Заведующий МДОУ Е. В. Шевцова I
Неделя: Первая День понедельник

Дата 15.07.2024

Сезон Летне - осенний возрастная категория 1.5 - 3 лет

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

ЭЦ, ккал
138.00
70
46.00
36.18
290.18
52.35
158.20
120.00
57.6
46.00
36.18
470.33
192,0
30,45
28
250,45
1010.96



Подписано цифровой
подписью: Шевцова Елена
ежедневное меню
Викторовна

Утверждено

Заведующий МДОУ Е.В. Шевцова

Дата: 2024.07.15 08:35:22 +03'00'

Дата 15.07.2024

Неделя Первая Дельтообразный
Сезон летне-осенний возрастная категория 3-7 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
	Завтрак:				
168	Каша вязкая пшеничная	135	3.72	4.23	21.27
396	Кофейный напиток со сгущенным молоком	180	7.44	3.60	0.06
-	Хлеб пшеничный	15	1.52	0.18	9.38
-	Хлеб ржаной	15	1.33	0.24	7.10
	Итого за завтрак:	345	14.01	8.25	37.81
	Обед:				
85	Суп картофельный с клецками	200	2.95	3.36	12.14
305	Котлеты из мяса птицы	80	14.34	11.70	11.86
336	Капуста тушенная	130	3.13	5.56	14.38
376	Компот из сухофруктов	180	0.44	0.02	16.44
-	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.18	9.38
-	Хлеб ржаной	20	1.33	0.24	7.1
	Итого за обед:	630	23,71	21.06	71.30
	Полдник:				
189	Запеканка рисовая с творогом	75	8.06	11.31	28.32
350	Соус молочный сладкий	30	0.58	1.36	0.88
392	Чай с сахаром	180	5.22	4.50	7.56
	Итого за полдник:	285	13.86	17.17	36.76
	Итого за день:	1260	51.58	46.48	145.87

ЭЦ, ккал
138
85.00
46.00
36.18
305.18
87
211.00
120.00
64.80
46.00
36.18
564.98
230.00
30.45
92,0
352,45
1222.61