

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

Заведующий МДОУ "Детский сад "Газовичок" г.Надым

Белиман Ю.Н.

Категория : Дети 1-3 года

2 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
1неделя 2день							
ЗАВТРАК	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2,1	4,3	24,6	146,2	100 ТТК
ЗАВТРАК	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	150	3,5	3,0	17,5	111,0	274 ТТК
ЗАВТРАК	КАКАО С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)	170	2,1	2,8	12,1	82,0	508 ТТК
Итого за прием пищи:		350	7,7	10,1	54,2	339,2	
II ЗАВТРАК	СОК ФРУКТОВЫЙ	160	0,8	0,2	16,2	73,7	537
II ЗАВТРАК	ГРУША СВЕЖАЯ	90	0,4	0,3	9,3	42,3	118
Итого за прием пищи:		250	1,2	0,5	25,5	116,0	
ОБЕД	САЛАТ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ	40	0,4	1,0	0,0	10,4	11 ТТК
ОБЕД	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	150	2,1	3,2	9,8	76,4	139
ОБЕД	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	50	6,5	8,3	5,0	121,1	246
ОБЕД	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	2,2	4,8	15,4	114,5	434
ОБЕД	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,2	9,8	47,0	114
ОБЕД	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,7	34,8	115
ОБЕД	КИСЕЛЬ ИЗ ВИШНИ	150	0,1	0,0	19,8	79,6	518 ТТК
Итого за прием пищи:		540	14,1	17,7	66,5	483,8	
ПОЛДНИК	МАРМЕЛАД	15	0,1	0,0	10,0	40,4	ТТК
ПОЛДНИК	РЯЖЕНКА	160	4,6	4,0	6,7	86,4	535
Итого за прием пищи:		175	7,6	6,7	26,7	202,9	
УЖИН	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА)	50	1,0	2,3	3,9	40,4	121 ТТК
УЖИН	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	8,2	11,3	3,0	146,5	307 ТТК
УЖИН	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,2	9,8	47,0	114
УЖИН	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	6,7	34,8	115
УЖИН	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (1-Й ВАРИАНТ)	180	0,1	0,0	10,0	40,4	504 ТТК
Итого за прием пищи:		400	12,1	14,0	33,4	309,1	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ :		1715	42,8	48,9	206,3	1451,0	