

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

Заведующий МДОУ "Детский сад "Газовичок" г.Надым

Категория : Дети 1-3 года

Белиман Ю.Н.

3 день

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
1 НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ									
ЗАВТРАК	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30	3.0		3	14	100	97 ТТК	
	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	100		2		3	10	67	171 ТТК
ЗАВТРАК	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40		5		5	0	61	309
ЗАВТРАК	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-И ВАРИАНТ)	180		2		1	10	57	506 ТТК
ЗАВТРАК	Итого за прием пищи:	350		11		12	34	285	
II ЗАВТРАК	БАНАН	90		1		1	19	86	118
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	100		3		3	5	53	534
II ЗАВТРАК	Итого за прием пищи:	190		4	3.0		24	140	
ОБЕД	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУКУРУЗОЙ	30		1		2	3	30	27 ТТК
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150		3		2	10	66	155
ОБЕД	МЯСО ТУШЕНОЕ	60		5		10	1	120	369
ОБЕД	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110		3		4	11	96	139
ОБЕД	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10		1		0	5	24	114
ОБЕД	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1		0	7	35	115
ОБЕД	КОМПОТ ИЗ МАЛИНЫ	180	0.0		0.0		7	27	530 ТТК
ОБЕД	Итого за прием пищи:	560		13		19	43	397	
ПОЛДНИК	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	70		4		5	19.0	137	217
	НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ "СНЕЖОК" 2,5% ЖИРНОСТИ	160		4	4.0		17	126	535 ТТК
ПОЛДНИК	Итого за прием пищи:	230		8		9	36	263	
УЖИН	ТОМАТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ	40		0	0.0		1	8.0	113
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		5	6.0		34	231	308 ТТК
УЖИН	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1		0	7	35	115
УЖИН	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10		1		0	5	24	114
УЖИН	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	180		0		0	9	39	539 ТТК
УЖИН	Итого за прием пищи:	400		8		7	56.0	336.0	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ :		1730		44		49	193	1421	