

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

Заведующий МДОУ "Детский сад "Газовичок" г.Надым

Категория : Дети 1-3 года

Белиман Ю.Н.

6 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
2 НЕДЕЛЯ 6 ДЕНЬ							
ЗАВТРАК	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	30	3.0	3	14	100	97 ТТК
	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ	130	3	3	16	104	268 ТТК
ЗАВТРАК	КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ ЧЕРНОЙ	200	0	0	10	42	530 ТТК
ЗАВТРАК	Итого за прием пищи:	360	7	6	40	246	
II Завтрак	СОК ФРУКТОВЫЙ	160	1	0.0	26	109	537 ТТК
	ГРУШИ СВЕЖИЕ	90	0	0	9	42	118
II Завтрак	Итого за прием пищи:	250	1	0	36	151	
Обед	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	30	1	2	3	29	65
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	2	2	8	60	151
Обед	СУФЛЕ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ ПАРОВОЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	60	7.0	10	1.0	118	392 ТТК
Обед	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	3	1	21	101	297
Обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0	10	47.0	114
Обед	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1	0	7	35	115
Обед	КОМПОТ ИЗ ВИШНИ	180	0	0	17	71.0	526 ТТК
Обед	Итого за прием пищи:	570	15	14	68	460.0	
Полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ПАРОВОЙ) С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	60	5	7	12	129	323 ТТК
	НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ "СНЕЖОК" 2,5% ЖИРНОСТИ	150	4.0	4	16	119	535 ТТК
Полдник	Итого за прием пищи:	210	9	11	28	247	
Ужин	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	30	0	3.0	2	38	52
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5	5	0	61	309
Ужин	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3	5	13.0	113.0	139
Ужин	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0	10	47.0	114
Ужин	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1	0	7	35	115
Ужин	ЧАЙ С САХАРОМ (1-Й ВАРИАНТ)	160	0	0.0	6	22	502 ТТК
Ужин	Итого за прием пищи:	400	11	13.0	38	316	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ :		1790	43	45	209	1421	