

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

Заведующий МДОУ "Детский сад "Газовичок" г.Надым

Категория : Дети 1-3 года

Белиман Ю.Н.

7 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		
2 НЕДЕЛЯ 7 ДЕНЬ							
ЗАВТРАК	ДЖЕМ	10	0	0.0	7	28	ТТК
ЗАВТРАК	КАША "ДРУЖБА"	130	3	6	16	127	266
ЗАВТРАК	БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	1	1	15	75	117
ЗАВТРАК	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)	180	2	1	10	57	506 ТТК
ЗАВТРАК	Итого за прием пищи:	350	6	8	49	288	
II Завтрак	БАНАН	90	1	1	19	86	118
II Завтрак	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4	4	7	80	534
Итого за прием пищи:		240	6	4	26	166	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	30	0	2	2	28	54
Обед	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	150	1	3	8	60	137
Обед	РЫБА, ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	7	3	3	67	348 ТТК
Обед	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2.0	3	19	107	249 ТТК
Обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	1	0	5	24	114
Обед	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1	0	7	35	115
Обед	НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ	180	0	0.0	9	37	539 ТТК
Итого за прием пищи:		600	13	11	52	358	
Полдник	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3	5	25.0	156	583 ТТК
Полдник	ЗЕФИР	20	0	0.0	16.0	65	ТТК
Полдник	КЕФИР	150	4	4	7	78	535
Итого за прием пищи:		220	7	9	48	299	
Ужин	САЛАТ ИЗ РЕДИСА	40	0	4.0	1	43	41
Ужин	ЯЗЫК ОТВАРНОЙ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	60	8	7	1	101	407 ТТК
Ужин	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	2	5	12.0	101	434
Ужин	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	1	0	5	24	114
Ужин	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1	0	8.0	39	115
Ужин	ЧАЙ С ДЖЕМОМ (1-Й ВАРИАНТ)	160	0	0.0	12.0	48	502
Итого за прием пищи:		400	13	16	39	356.0	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ :		1810	44	48	213	1466	