

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД

Заведующий МДОУ "Детский сад "Газовичок" г.Надым

Категория : Дети 1-3 года

Белиман Ю.Н.

8 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
2 НЕДЕЛЯ 8 ДЕНЬ							
ЗАВТРАК	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	2	4	25	146	100 ТТК
ЗАВТРАК	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПой ГРЕЧНЕВОЙ	150	3	4	17	114	170 ТТК
ЗАВТРАК	КАКАО С МОЛОКОМ (1-й ВАРИАНТ)	170	2	3	12	82.0	508 ТТК
Итого за прием пищи:		350	7	11.0	54.0	342	
II Завтрак	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	150	1	0	15	72	538
II Завтрак	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	90	0	0	9	42	118
Итого за прием пищи:		240	1	1	24	115	
Обед	ПОМИДОРЫ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	30	0	0	1	7	112
Обед	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ГОРОХОВЫЙ	150	1	3	9	65	149
Обед	АЗУ	160	10.0	12.0	17	214.0	370
Обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2	0	10	47.0	114
Обед	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1	0	7	35	115
Обед	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	1	0	20	82	521 ТТК
Итого за прием пищи:		530	15	15	63.0	450	
Полдник	ВАТРУШКИ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ТВОРОГОМ	60	5	4	29	169	560
Полдник	РЯЖЕНКА	150	4	4	6	81.0	535
Итого за прием пищи:		210	9	8	35	250	
Ужин	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40	1	2.0	2.0	28	120
Ужин	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	8	11	3.0	147	307 ТТК
Ужин	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0	15	71	114
Ужин	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1	0	8.0	39	115
Ужин	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (1-й ВАРИАНТ)	180	0	0.0	10.0	40	504 ТТК
Итого за прием пищи:		400	12	14	38	324	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ :		1730	44	48	213	1481	