

"03" октября 2023г.

№ 06
101110230
10230

ПРИМЕРНОЕ 20-ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ САДОВ (ЯСЛИ)

№ п/п	1 день (понедельник)	Завтрак	Выход	Пищевые вещества			Витамины			Минеральные вещества	
				Б	Ж	У	К/кал	В1	С	Ca	Fe
108*	Бутерброд с маслом сливочным на батоне	5/20	5,01	8,16	7,42	123,14	0,02	0,11	138,60	0,31	
109	Каши манная молочная с маслом сливочным	150	4,66	5,31	23,18	161,24	0,06	1,04	99,58	0,33	
110	Чай с сахаром	150	0	0	11,28	45,08	0	0	4,05	0,65	
			9,67	13,47	41,88	329,46	0,08	1,15	242,23	1,29	
	Обед										
111	Суп картофельный с рыбной консервой	150	5,74	3,24	7,52	83,93	0,06	4,29	54,71	0,74	
112	Шницель из свинины	50	7,60	8,40	4,10	126,30	0,07	0,00	7,00	0,90	
113	Каши гречневая вязкая	100	4,57	6,32	16,44	142,65	0,09	0,71	70,88	1,72	
114	Мкра картофельная	20	0,24	0,94	1,54	15,60	0,01	2,88	9,60	0,24	
115	Компот из сухофруктов	150	0,24	0,15	16,4	67,93	0	0,21	6,34	5,38	
116*	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,86	0,39	18,78	87,84	0,05	0	14,05	0,85	
			21,25	19,44	64,78	524,25	0,28	8,09	162,58	9,83	
	Полдник										
117*	Варення	1 шт	1,24	0,40	15,42	69,60	0,02	0,00	2,20	0,14	
118	Молоко кипяченое	150	4,28	4,78	7,56	90,1	0,02	0,38	150,64	0,13	
			5,52	5,18	22,98	159,70	0,04	0,38	152,84	0,27	
	Ужин										
119	Рулет мясной паровой с яйцом	60	9,39	8,03	4,03	113,58	0,05	0	14,66	0,92	
120	Макаронные изделия отварные	110	4,04	3,9	25,9	154,8	1,47	0	8,53	0,71	
121	Компот из свежих фруктов	150	0,36	0,53	10,55	45,51	0	1,95	11,14	0,33	
122*	Хлеб пшеничный	30	2,15	0,29	14,1	65,88	0,04	0	10,54	0,64	
			15,94	12,75	54,58	379,77	1,56	1,95	44,87	2,60	
	Ужин дома с 19-00 до 20-00										
	Омлет с зеленым горошком и морковью	75	4,93	5,78	2,61	82,18	0,04	0,92	55,70	0,88	
	Кисломолочный напиток	100	2,80	2,19	4,14	47,26	0,03	0,70	120,00	0,10	
	Фрукты (Плоды свежие)	150	0,60	0,60	15,60	67,50	0,05	15,00	24,00	3,30	
			8,33	8,33	8,33	8,33	8,33	8,33	8,33	8,33	
			52,38	50,84	184,22	1393,18	1,96	11,57	602,52	13,99	

Итого за цикл

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 376304230083447847618637456882370283188412430524

Владелец Бурдина Наталья Валерьевна

Действителен с 19.04.2024 по 19.04.2025