



Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 41
Пермякова В.В.

МЕНЮ

17 мая 2022 г

Старшая группа 10 часов

День 2 завтрак	Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углево ды	Энегетич ценность	№ рецепт
	Каша рисовая молочная	150	2,54	3,03	2,49	36,20	283
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	122
	Масло сливочное	5	0,02	4,16	0,04	37,4	119
	Сыр порционный	10	2,5	2,6	0,00	34,3	114
	Какао со сг молоком	180	3,71	3,83	24,49	148,17	510
Итого за завтрак		405	13,33	14,1	56,54	397,07	
2-й завтрак	Сок апельсиновый	100	0,56	0,08	10,5	48	532
Итого за 2-й завтрак		100	0,56	0,08	10,5	48	
обед	С-т картофельный	50	0,91	6,2	7,15	85,35	8
	свекольник	180	1,74	3,52	9,67	66,22	145
	Котлета мясная	70	10,95	7,77	3,58	254	391
	Капуста тушенная	130	2,22	2,86	21,8	27,57	435
	К-т из кураги	180	1,36	0,00	29,02	101,52	517
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	123
Итого за обед		650	19,82	20,83	84,58	604,26	
полдни	Булочка «нежная»	50	1,54	6,51	35,14	181,08	574
	Молоко цельное	200	5,59	4,38	10,08	120,12	529
Итого за полдник		250	7,13	10,89	45,22	301,2	
Итого за 2-й день		1398	40,84	45,9	196,84	1350,53	

Калькулятор _____



Утверждаю
 Заведующий МБДОУ № 41
 Пермякова В.В.

МЕНЮ

17 мая 2022 г
 Ясли 10 часов

День 2 завтрак	Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углев	Энерг. ценность	№ рецепт
	Каша рисовая молочная	130	1,54	1,03	2,05	26,20	283
	Хлеб пшеничный	45	4,42	0,36	22,14	103,75	122
	Масло сливочное	4	0,02	4,1	0,03	29,92	119
	Сыр порционный	7	1,15	1,8	0,00	24,01	114
	Какао со сг молоком	150	2,71	2,83	14,49	148	510
Итого за завтрак		355	9,84	10,12	38,71	305,68	
2-й завтрак	Сок апельсиновый	100	0,56	0,08	10,5	48	532
Итого за 2-й завтрак		100	0,56	0,08	10,5	48	
обед	С-т картофельный	40	0,91	4,2	4,15	35,35	8
	свекольник	150	1,74	3,02	5,67	66,22	145
	Котлета мясная	50	7,58	5,75	7,97	184,32	391
	Капуста тушенная	100	1,22	1,86	11,8	27,57	435
	К-т из кураги	100	0,36	0,00	15,02	51,52	517
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	123
Итого за обед		480	14,47	14,31	57,97	434,32	
полдни	Булочка «нежная»	50	1,54	6,51	35,14	151,08	574
	Молоко цельное	150	5,59	4,38	10,08	120,12	529
Итого за полдник		200	7,13	10,89	45,22	271,2	
Итого за 2-й день		1130	32	35,4	152,4	1059,32	

Калькулятор _____