



Заведующий (Онучина Ольга Николаевна)

МКДОУ № 84 17.05.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад (ДИЕТА № 10, № 24)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.05.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	180	4,37	4,77	23	152,06
	БАТОН	24	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		409.00	9.53	11.87	51.58	355.75
Завтрак 2	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
Итого за завтрак 2		180.00	0.46		11.88	50.67
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	180	3,31	3,74	14,98	107,28
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130	2,35	2,51	13,18	85,69
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)	70	3,52	25,07	0	214,82
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31,45	1,73	0,31	12,74	61,64
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		650.45	13.15	37.68	55.06	589.26
Полдник	МОЛОКО	199,41	5,58	4,89	9,27	104,49
	ПРЯНИКИ	34	2,01	1,59	25,5	124,44
Итого за полдник		233.41	7.59	6.48	34.77	228.93
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	50	0,63	2,73	3,27	40,53
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	7,84	7,84	44,81	280,39
	БАТОН	39	3,05	0,4	20,52	104,79
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		449.00	12.32	11.97	80.01	469.77
Итого за день		1926.86	43.05	68.00	233.30	1694.38

Исполнитель: Калькулятор  (Прозорова Анна Александровна)

Шеф-повар: _____