

МЕНЮ

на _____ 2025г.

День: третий Неделя: вторая

Комплекс для детей 3-7 лет

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамин С	№ рец.
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК								
1	Каша вязкая ячневая молочная	200	4.12	5.06	32.66	192.50	0.00	106/23
2	Чай с сахаром	180	0.05	0.01	9.46	40.00	0.02	261
3	Батон	20	1.54	0.60	10.66	53.90	0.00	317
4	Сыр (порциями)	8	2.10	2.13	0.00	27.20	0.06	6
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	Кефир	100	2.90	2.50	4.00	50.00	0.70	270
Итого завтрак:		508	10.71	10.30	56.78	363.60	0.78	
ОБЕД								
1	Пуштыешыд на курином бульоне	180	9.18	3.13	10.46	113.43	8.89	63
2	Кнели куриные с рисом	70/5	14.70	12.00	4.11	183.20	0.02	207
3	Макаронные изделия отварные с маслом	130	9.84	6.00	47.20	282.10	0.00	124
4	Компот из сушеных фруктов	180	0.40	0.01	24.98	102.60	0.36	253
5	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00	310
6	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	69.33	0.00	311
Итого обед:		625	38.35	21.82	109.79	797.96	9.27	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК								
1	Запеканка из творога	100	17.76	12.10	18.37	253.00	0.24	149
2	Молоко сгущенное	10	0.72	0.85	5.55	31.74	0.10	316
3	Чай с лимоном	180/7	0.12	0.02	10.20	41.00	2.83	262
4	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00	310
Итого полдник:		317	20.19	13.17	43.80	373.04	3.17	
Итого завтрак, обед, полдник:			69.25	45.29	210.37	1,534.60	13.22	
ИТОГО стоимость комплекса: 196,6 руб.								

Ответственный по питанию:

(подпись)

(расшифровка подписи)

Заведующий производством:

(подпись)

(расшифровка подписи)

