



16.11.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ д/с-к/в № 3
А.А.Сокол



ВТОРОЙ ДЕНЬ

МЕНЮ НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВОЗРАСТ		КЖБУ	БРУТТО	НЕТТО	Витамины (мг)			Минеральные вещества	
	САД (порция, гр)					В1	С	Ca	Fe	

ЗАВТРАК

Кисель витаминизированный	50,0					0,017	0,000	3,7	0,18
Бутерброд с сыром	33,0	115,62/7,61/4,7/6,96	0,033		0,033	0,019	0,094	128,78	0,28
Суп молочный с крупой гречневой	200,0	115,62/7,61/4,7/6,96				0,019	0,094	128,78	0,28
Какао с молоком	180,0	129,6/2,97/3,24/22,5				0,36	1,17	111,6	0,72
Хлеб пшеничный	15,0	35,25/0,12/1,14/7,38	0,015		0,015	0,017	0,00	3,0	0,165

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Кисломолочный напиток	180,0	90/4,50/5,22/7,20				0,072	1,26	216,0	0,18
-----------------------	-------	-------------------	--	--	--	-------	------	-------	------

ОБЕД

Овощи натуральные соленные	81,0	16,2/0,081/0,891/2,84				0,008	12,15	8,1	0,891
Рассольник ленинградский	200,0	97/4,2/1,64/13				0,072	6,14	12,4	0,74
Картофель отварной	100,0	103,95/5,94/6,11/6,44				0,066	28,05	165,0	1,65
Биточки рыбные	80,0	90,4/1,68/11,12/7,68				0,056	0,32	28,0	0,48
Хлеб пшеничный	20,0	47,0/0,16/1,52/9,84	0,020		0,020	0,022	0,00	4,00	0,22
Хлеб ржаной	35,0	60,90/0,42/2,31/11,69	0,035		0,035	0,063	0,00	12,25	1,365
Кисель из сока плодово-ягодного	180,0	140,2/0,108/0,18/31,1				0,0072	2,34	19,8	0,18

ПОЛДНИК

Запеканка из творога	97,0	273,97/16,3/15,528/15,46				0,045	0,388	192,16	0,65
Соус молочный сладкий	20,0	26,1/1,27/0,52/3,14				0,0066	0,146	18,02	0,03
Чай с сахаром (2 - й вариант)	180,0	54/0,00/0,09/13,5				0,00	0,00	4,5	0,36

16.11.2021 г.



ВТОРОЙ ДЕНЬ

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ д/с-к/в № 3

А.А.Сокол



МЕНЮ	ВОЗРАСТ	ЯСЛИ (порция, гр)	ККБУ	БРУТТО	НЕТТО	Витаминны (мг)			Минеральные вещества	
						В1	С	Са	Fe	
ЗАВТРАК										
Бутерброд с сыром и маслом		31,0	104,05/6084/4,23/6,26	0,031	0,031	0,017	0,084	115,6	0,25	
Суп молочный с крупой гречневой		180,0	119/4,64/4,314,86			0,05	1,15	140,0	0,23	
Какао с молоком		150,0	107,6/2,46/2,69/18,67			0,29	0,97	92,6	0,6	
Хлеб пшеничный		15,0	35,25/0,12/1,14/7,38	0,015	0,015	0,017	0,00	3,0	0,165	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК										
Кисломолочный напиток		150,0	72/3,75/4,35/5,80			0,057	1,0	172,8	0,14	
ОБЕД										
Овощи натуральные соленные		68,0	12,8/0,064/0,703/2,24			0,006	9,59	6,4	0,703	
Рассольник ленинградский		180,0	87,3/3,8/1,48/12,0			0,064	5,52	11,2	0,66	
Картофель отварной		100,0	103,95/5,94/6,11/6,44			0,066	28,05	165,0	1,65	
Биточки рыбные		70,0	78,6/1,46/9,67/6,68			0,046	0,28	24,0	0,42	
Хлеб пшеничный		15,0	35,25/0,12/1,14/7,38	0,015	0,015	0,017	0	3	0,17	
Хлеб ржаной		30,0	51,8/0,35/1,96/9,93	0,040	0,040	0,053	0,0278	10,41	1,160	
Кисель из сока плодово-ягодного		150,0	118/0,089/0,15/29,1			0,0059	1,94	16,4	0,15	
ПОЛДНИК										
Запеканка из творога		70,0	197,98/11,74/11,18/11,13			0,032	0,279	138,35	0,47	
Соус молочный сладкий		20,0	26,1/1,27/0,52/3,14			0,0066	0,146	18,02	0,03	
Чай с сахаром (2 - й вариант)		150,0	45/0,00/0,07/11,21			0,00	0,00	3,73	0,00	