



19.11.2021 Г.

УТВЕРЖДАЮ:

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



ПЯТЫЙ ДЕНЬ

МЕНЮ НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВОЗРАСТ		КЖБУ	БРУТТО	НЕТТО	Витамины (мг)			Минеральные вещества			
	САД (порция, гр)					В1	С	Fe	Ca	Fe		
ЗАВТРАК												
Кисель витаминизированный	50,0		18,5/0,00/0,00/4,6			0,08	4	0,48	0			
Каша «Дружба»	200,0		226,2/11,66/25,06/5,26			0,08	1,32	126,6	0,56			
Кофейный напиток с молоком	180,0		71,1/2,43/2,88/14,31			0,036	1,17	113,4	0,09			
Кондитерское изделие (печенье)	30,0		125,1/2,94/2,25/22,32	0,030	0,030	0,024	0	8,7	0,63			
Хлеб пшеничный	20,0		47,0/0,16/1,52/9,84	0,020	0,020	0,022	0,0	4	0,22			
ВТОРОЙ ЗАВТРАК												
Напиток кисломолочный	180,0		90,0/4,50/5,22/7,20			0,072	1,26	216,00	0,18			
ОБЕД												
Икра морковная	100,0		115/7,1/2,4/10,4			0,03	7,9	44	1,7			
Плов из курицы	178,0		86,4/3,4/1,84/12,1			0,156	6,94	15,2	0,74			
Суп картофельный с бобовыми	200,0		80,02/3,06/1,66/10,80			0,150	6,30	13,82	0,76			
Компот из смеси сухофруктов	180,0		99/0/0,45/24,3			0,009	0,45	25,5	1,35			
Хлеб ржаной	15,0		35,25/0,12/1,14/7,38	0,015	0,015	0,017	0,0	3,0	0,17			
Хлеб пшеничный	30,0		51,80/0,35/1,96/9,93	0,030	0,030	0,053	0,0278	10,41	1,160			
ПОЛДНИК												
Молоко кипяченое	180,0		95,4/4,50/5,22/8,64			0,072	2,34	216,00	0,18			
Булочка домашняя	80,0		310,59/10,4/6/48,25			0,08	0	12	0,666			
Фрукты свежие- яблоко	133,0		62,51/0,53/0,53/13,03	0,133	0,133	00,36	13,3	21,28	2,926			



19.11.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ:

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



ПЯТЫЙ ДЕНЬ

МЕНЮ НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВОЗРАСТ	КЖБУ	БРУТТО	НЕТТО	Витамины (мг)			Минеральные вещества	
	ЯСЛИ (порция, гр)				В1	С	Ca	Fe	
ЗАВТРАК									
Каша «Дружба»	180,0	226,2/11,66/25,06/5,26			0,08	1,32	126,6	0,56	
Кофейный напиток с молоком	150,0	71,1/2,43/2,88/14,31			0,036	1,17	113,4	0,09	
Кондитерское изделие (печенье)	25,0	125,1/2,94/2,25/22,32	0,030	0,030	0,024	0	8,7	0,63	
Хлеб пшеничный	15,0	47,0/0,16/1,52/9,84	0,020	0,020	0,022	0,0	4	0,22	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК									
Напиток кисломолочный	180,0	90,0/4,50/5,22/7,20			0,072	1,26	216,00	0,18	
ОБЕД									
Икра морковная	80,0	115/7,1/2,4/10,4			0,03	7,9	44	1,7	
Плов из курицы	131,0	86,4/3,4/1,84/12,1			0,156	6,94	15,2	0,74	
Суп картофельный с бобовыми	180,0	80,02/3,06/1,66/10,80			0,150	6,30	13,82	0,76	
Компот из смеси сухофруктов	150,0	99/0/0,45/24,3			0,009	0,45	25,5	1,35	
Хлеб ржаной	15,0	35,25/0,12/1,14/7,38	0,015	0,015	0,017	0,0	3,0	0,17	
Хлеб пшеничный	30,0	51,80/0,35/1,96/9,93	0,030	0,030	0,053	0,0278	10,41	1,160	
ПОЛДНИК									
Молоко кипяченое	150,0	95,4/4,50/5,22/8,64			0,072	2,34	216,00	0,18	
Булочка домашняя	80,0	310,59/10,4/6/48,25			0,08	0	12	0,666	
Фрукты свежие- яблоко	133,0	62,51/0,53/0,53/13,03	0,133	0,133	00,36	13,3	21,28	2,926	