



26.11.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ:

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

ДЕСЯТЫЙ ДЕНЬ

ВОЗРАСТ
САД
(порция, гр)

МЕНЮ
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА

БРУТТО
НЕТТО

КЖБУ

Витаминизация (мг)

Минеральные
вещества
Ca Fe

В1 С

ЗАВТРАК

| | | | | | | | | |
|---|-------|-----------------------|-------|-------|-------|-------|-------|------|
| Кисель витаминизированный | 50,0 | | | | 0,017 | 0,000 | 3,7 | 0,18 |
| Бутерброд с маслом | 20,0 | 67,5/3,42/1,23/8,29 | | | | | | |
| Суп молочный с макаронными изделиями | 200,0 | 17,08/4,73/5,1/13,131 | | | 0,068 | 0,83 | 147,9 | 0,32 |
| Какао с молоком | 180,0 | 115,2/2,64/2,88/20,0 | | | 0,064 | 1,04 | 99,2 | 0,64 |
| Хлеб пшеничный | 20,0 | 47,0/0,16/1,52/9,84 | 0,020 | 0,020 | 0,022 | 0,00 | 4,00 | 0,22 |

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

| | | | | | | | | |
|--------------|-------|--------------------|--|--|-------|------|------|-----|
| Сок яблочный | 150,0 | 69/0,15/0,75/15,15 | | | 0,015 | 3,00 | 10,5 | 2,1 |
|--------------|-------|--------------------|--|--|-------|------|------|-----|

ОБЕД

| | | | | | | | | |
|--------------------------------------|-------|-------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Овощи натуральные соленные | 81,0 | 13,2/0,0081/0,891/2,84 | | | 00,8 | 12,15 | 8,1 | 0,891 |
| Щи их свежей капусты с картофелем | 200,0 | 66,4/3,98/1,4/6,22 | | | 00,46 | 14,78 | 27,20 | 0,64 |
| Картофельная запеканка с мясом | 170,0 | 323,0/19,98/19,81/16,07 | | | 0,179 | 3,4 | 21,25 | 2,98 |
| Компот из сухофруктов | 180,0 | 99,0/0,00/0,45/24,3 | | | 0,01 | 0,45 | 25,5 | 1,35 |
| 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 | 40,0 | 70,0/0,48/2,64/13,36 | 0,040 | 0,040 | 0,07 | 00,0 | 14,0 | 1,56 |

ПОЛДНИК

| | | | | | | | | |
|----------------------------|-------|------------------------|-------|-------|-------|------|-------|-------|
| Сдоба обыкновенная(плюшка) | 80,0 | 248,71/3,72/6,78/46,95 | 0,080 | 0,080 | 0,08 | 0,00 | 11,97 | 0,789 |
| Напиток кисломолочный | 180,0 | 156,6/5,76/9,0/15,3 | | | 0,054 | 1,08 | 214,2 | 0,18 |
| 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 |



26.11.2021 Г.

УТВЕРЖАЮ:

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

ДЕСЯТЫЙ ДЕНЬ

МЕНЮ

ВОЗРАСТ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА

ЯСЛИ
(порция, гр)

КЖБУ

БРУТТО

НЕТТО

Минеральные вещества

В1

С

Ca

Fe

ЗАВТРАК

Бутерброд с маслом

67,5/3,42/1,23/8,29

20,0

Суп молочный с макаронными изделиями

131,0/4,73/5,1/17,08

180,0

Какао с молоком

107,6/2,46/2,69/18,67

150,0

Хлеб пшеничный

47,0/0,16/1,52/9,84

20,0

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

Сок яблочный

69,0/1,15/0,75/15,15

150,0

ОБЕД

Овощи натуральные соленные

12,8/0,064/0,703/2,24

68,0

Щи их свежей капусты с картофелем

57,90/3,58/1,28/5,59

180,0

Картофельная запеканка с мясом

323,0/19,98/19,81/16,07

170,0

Компот из сухофруктов

82,0/0,0/0,37/20,2

150,0

Хлеб пшеничный

35,25/0,12/1,14/7,38

15,0

Хлеб ржаной

51,80/0,35/1,96/9,93

30,0

ПОЛДНИК

Сдоба обыкновенная(плюшка)

248,71/3,72/6,78/46,95

80,0

Напиток кисломолочный

129,9/4,78/7,47/12,7

150,0

Фрукты свежие- яблоко

62,51/0,532/0,532/13,03

133,0

0,015

3,00

10,5

2,1

0,006

9,59

6,4

0,73

00,41

13,30

24,50

0,57

0,179

3,4

21,25

2,98

0,007

0,37

21,0

1,12

0,017

0,3

0,18

17

0,053

0,0278

10,41

1,160

0,08

0,00

11,97

0,789

0,044

0,89

177,8

0,15

0,04

13,3

21,28

2,93