



30.11.2021 г.

УТВЕРЖАЮ:

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



ВТОРОЙ ДЕНЬ

МЕНЮ НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВОЗРАСТ		КЖБУ	БРУТТО	НЕТТО	Витаминный состав (мг)			
	ЯСЛИ (порция, гр)					В1	С	Са	Fe
ЗАВТРАК терброд 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
п молочный с крупной гречневой	180,0		119/4,64/4,314,86			0,05	1,15	140,0	0,23
као с молоком	150,0		107,6/2,46/2,69/18,67			0,29	0,97	92,6	0,6
еб пшеничный	15,0		35,25/0,12/1,14/7,38	0,015	0,015	0,017	0,00	3,0	0,165
ГОРОЙ ЗАВТРАК сломолочный напиток	150,0		72/3,75/4,35/5,80			0,057	1,0	172,8	0,14
БЕД ощи натуральные соленные	68,0		12,8/0,064/0,703/2,24			0,006	9,59	6,4	0,703
ессольник ленинградский	180,0		87,3/3,8/1,48/12,0			0,064	5,52	11,2	0,66
ртофель отварной	100,0		103,95/5,94/6,11/6,44			0,066	28,05	165,0	1,65
точки рыбные	70,0		78,6/1,46/9,67/6,68			0,046	0,28	24,0	0,42
еб пшеничный	15,0		35,25/0,12/1,14/7,38	0,015	0,015	0,017	0	3	0,17
еб ржаной	30,0		51,8/0,35/1,96/9,93	0,040	0,040	0,053	0,0278	10,41	1,160
сель из сока плодово-ягодного	150,0		118/0,089/0,15/29,1			0,0059	1,94	16,4	0,15
ОЛДНИК леканка из творога	70,0		197,98/11,74/11,18/11,13			0,032	0,279	138,35	0,47
ус молочный сладкий	20,0		26,1/1,27/0,52/3,14			0,0066	0,146	18,02	0,03
й с сахаром (2 - й вариант)	150,0		45/0,00/0,07/11,21			0,00	0,00	3,73	0,00



30.11.2021 Г.

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий ЦБДОУ д/с-к/в № 3
А.А. Соколов



МЕНЮ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА

ВОЗРАСТ

САД
(порция, гр)

КЖБУ

БРУТТО

НЕТТО

Минеральные вещества

В1

С

Са

Fe

ВТОРОЙ ДЕНЬ

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