МАДОУ № 257

Утверждаю:

Заведующий _____ Нестерова Е.С.

Меню приготавливаемых блюд

28 апреля 2021г.

Наименования блюда № Технолог.карты	Ясли вес блюда, гр.	Энерг. цен. К.к/белки/жиры/ углеводы	Д\с вес блюда гр.	Энерг. цен. белки/жиры/ углеводы	ГКП вес блюда гр.	Энерг. цен. белки/жиры/ углеводы
1 неделя 3день ЗАВТРАК						
Каша ячневая на молоке (№47)	150	153/4,98/5,69/21,10	200	202/9/6,8/29,2	200	202/9/6,8/29,2
Хлеб(батон) с маслом №3	30/6	120,33/2,5/4,57/17,3	30/6	130,13/2,8/4,69/24,68	30/6	130,13/2,8/4,69/24,68
Какао с молоком(№13)	150	86,11/2,2/2,92/13,17	180	154,13/2,3/3,44/16,89	180	2,3/3,44/16,89
Итого за завтрак	336		416		416	
10 ЧАСОВ						
Фрукты свежие	100	0,44/0,44/10,81	100	0,44/0,44/10,81	100	0,44/0,44/10,81
ОБЕД						
Суп картофельный макаронами (№81)	150/6	4,05/2,8/7,57	200/10	6,75/4,67/12,62		
Картофельное пюре(№26)	120	104,2/2,2/4,18/14,4	130	112,9/2,4/4,5/15,6		
Компот из сухофруктов(№17)	150	0/0/23,75	200	0/0/33,93		
Хлеб ржаной	40	77,6/2,44/0,48/15,96	50	97/3,05/0,6/19,95		
Хлеб пшеничный	20	46,8/1,6/0,016/9,84	25	70,2/2,28/0,024/14,76		
Биточки куриные(№55/1)	60	1,6/0,2/9,2	70	20,88/21,1/7,67		
Итого за обед	566		672			
ПОЛДНИК						
Кисломолочный продукт(№8)	180	5,22/5,76/7,2	180	5,22/5,76/7,2		
Кондитерское изделие	12	37,94/0,21/1,08/4,55	20	108,4/0,6/3,1/13		
Итого за полдник	192		200			
УЖИН						
Тефтели рыбные(№59)	70	7,42/5,25/15,82	90	9,54/6,75/20,34		
Икра кабачковая	40	1,2/4/5,16	60	1,2/5,4/5,16		
Чай сладкий (№18)	180	0/0/8,98	200	0/0/11,98		
Хлеб пшеничный	20	46,8/1,6/0,016/9,84	25	70,2/2,28/0,024/14,76		
Итого за ужин	310		375			
Итого за день	**1484**		**1826**			