Меню приготавливаемых блюд

Рацион: 3-7 сад осень/зима

Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Каша рисовая жидкая молочная	160	2	4	27	151	111,2
	Кофейный напиток с молоком	190	3	3	13	89	264
	Батон	29	2		14	68	317
	Сыр порциями	10	2	3		36	6
	Итого за завтрак	389	9	10	54	344	
2 завтрак	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	1		10	43	268
	Итого за 2 завтрак	100	1		10	43	
обед	Нугылишyd (Суп картофельный с горохом и нугылями, удмуртскоеблюдо)	250	5	4	27	149	66
	Капуста тушеная (сливочное масло)	165	3	5	9	100	84
	Хлеб пшеничный	30	2		15	71	310
	Хлеб ржаной	30	1		13	63	311
	Чай с сахаром	190			13	53	261
	Котлеты, биточки, шницели из говядины	80	11	9	8	159	181
	Итого за обед	745	22	18	85	595	
Уплотненный	Булочка домашняя	75	5	9	40	269	292
	Чай с лимоном	185			13	54	262
	Соль	10					314
	Итого за Уплотненный полдник	270	5	9	53	323	
Итого за день	1 504	37	37	202	1305		

Итого за период	1 504	37	37	202	1305	
Среднее значение за период		3,7	3,7	20,2	130,5	

Составил _____ Хлобыстова Над
179 МБДОУ №179

Утвердил _____
Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: 3-7 сад осень/зима

Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак							
	Каша рисовая жидкая молочная	160	2	4	27	151	111,2
	Кофейный напиток с молоком	190	3	3	13	89	264
	Батон	29	2		14	68	317
	Сыр порциями	10	2	3		36	6
Итого за завтрак		389	9	10	54	344	
2 завтрак							
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	1		10	43	268
Итого за 2 завтрак		100	1		10	43	
обед							
	Нугылышд (Суп картофельный с горохом и нугылями, удмуртскоеблюдо)	250	5	4	27	149	66
	Капуста тушеная (сливочное масло)	165	3	5	9	100	84
	Хлеб пшеничный	30	2		15	71	310
	Хлеб ржаной	30	1		13	63	311
	Чай с сахаром	190			13	53	261
	Котлеты, биточки, шницели из говядины	80	11	9	8	159	181
Итого за обед		745	22	18	85	595	
Уплотненный							
	Булочка домашняя	75	5	9	40	269	292
	Чай с лимоном	185			13	54	262
	Соль	10					314
Итого за Уплотненный полдник		270	5	9	53	323	
Итого за день		1 504	37	37	202	1305	

Итого за период	1 504	37	37	202	1305	
Среднее значение за период		3,7	3,7	20,2	130,5	

Составил _____ Хлобыстова Над
179 МБДОУ №179

Утвердил _____
Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: 3-7 сад осень/зима

Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак							
	Каша рисовая жидкая молочная	160	2	4	27	151	111,2
	Кофейный напиток с молоком	190	3	3	13	89	264
	Батон	29	2		14	68	317
	Сыр порциями	10	2	3		36	6
Итого за завтрак		389	9	10	54	344	
2 завтрак							
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	1		10	43	268
Итого за 2 завтрак		100	1		10	43	
обед							
	Нугылишyd (Суп картофельный с горохом и нугылями, удмуртскоеблюдо)	250	5	4	27	149	66
	Капуста тушеная (сливочное масло)	165	3	5	9	100	84
	Хлеб пшеничный	30	2		15	71	310
	Хлеб ржаной	30	1		13	63	311
	Чай с сахаром	190			13	53	261
	Котлеты, биточки, шницели из говядины	80	11	9	8	159	181
Итого за обед		745	22	18	85	595	
Уплотненный							
	Булочка домашняя	75	5	9	40	269	292
	Чай с лимоном	185			13	54	262
	Соль	10					314
Итого за Уплотненный полдник		270	5	9	53	323	
Итого за день		1 504	37	37	202	1305	

Итого за период	1 504	37	37	202	1305	
Среднее значение за период		3,7	3,7	20,2	130,5	

Составил _____ Хлобыстова Над

Утвердил _____