



Пищевые вещества															
Наименование блюда	Вес блюда 1-3 года	Вес блюда 3 года-7 лет	Белки				Жиры				Углеводы 3 года-7 лет	Энергетическая ценность 1-3 года	Энергетическая ценность 3 года-7 лет	№ рецептур	
			3 года-7 лет	1-3 года	3 года-7 лет	1-3 года	3 года-7 лет	1-3 года	3 года-7 лет	1-3 года					
Прием пищи															
01.10.2024															
Завтрак															
Макаронны отварные с сыром	150	180	5,1	6,12	10,4	12,007	23,4	27,17	167,1	200,52	206				
Бутерброд с маслом	15/5	20/5	1,52	1,9	4,71	5,88	9,14	11,42	85	106,25	1				
Какао с молоком	180	200	3,67	4,078	3,19	3,54	15,82	17,57	107	118,8	397				
Итого за завтрак	355	405	10,29	12,098	18,3	21,427	48,36	56,16	359,1	425,57					
Второй завтрак															
Сок фруктовый	200	200	1	1	0,2	0,2	20,13	20,13	92	92	п/п				
Обед															
Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	200	2,9	3,86	3,1	4,13	9,27	12,36	81	108	83				
Биточки рыбные запеченные	60	80	10,64	14,19	3,76	5,01	7,67	10,22	107	142,6	255				
Пюре картофельное	120	200	2,44	4,067	3,84	6,4	16,35	27,25	109,8	183	321				
Салат из горошка консервированного	40	60	0,93	1,395	1,62	2,43	2	3	26,12	39,18	10				
Хлеб ржаной	30	30	2,97	2,97	0,54	0,54	15,39	15,39	74,43	74,43	700				
Хлеб пшеничный	20	30	1,52	2,28	0,18	0,27	9,34	14,01	42,72	64,08	701				
Компот из апельсинов	180	200	0,4	0,44	0,084	0,093	30,5	33,4	124,74	138,6	374				
Итого за обед	450	600	21,8	29,202	13,124	18,873	90,52	115,63	565,81	749,89					
Полдник															
Сырники из творога со стухеным молоком	130	150	12,3	14,19	16,5	19,005	14,82	17,1	202,1	233,19	231				
Чай с молоком	150	180	2,22	2,67	1,95	2,34	11,92	14,31	74	89	394				
Итого за полдник	280	330	14,52	16,86	18,45	21,345	26,74	31,41	276,1	322,19					
Итого за день			47,61	59,16	50,074	61,845	185,75	223,33	1293,01	1589,65					

Технолог: Карпова Г.Ф.

При составлении меню использовалась литература:

1. Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тугельяна. – М: ДеЛи принт, 2012
2. Программа "Калькулятор калорий" под редакцией Поповой

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 706699936057990200889301522920754506789801582751

Владелец Корчева Елена Николаевна

Действителен с 27.03.2024 по 27.03.2025