

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад общеразвивающего вида № 12 «Золушка»  
города Новошахтинска

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ д/с № 12  
М.А. Семкова



09.09.2022

Меню приготавливаемых блюд  
Возрастная категория: от 1 года до 3 лет/3 - 7 лет/

Прим пищи Неделя вторая День пятый	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Омлет натуральный	130	11,470	20,585	2,309	240,117	Источники — 2, технологическая карта № 215
	Салат овощной	20	0,28	1,218	16,72	98,48	Источники — 2, технологическая карта № 33
	Чай с сахаром, лимоном	160	0,106	0,017	9,066	36,841	Источники — 2, технологическая карта № 393
	Бутерброд с маслом	20/5	1,53	4,718	9,137	85	Источники — 2, технологическая карта № 1
итого за завтрак		335	13,386	26,538	37,232	460,438	
2 завтрак	Молоко кипяченое	150	4,58	4,08	7,55	85	Источники — 2, технологическая карта № 400
	Кондитерские изделия	20	1,47	1,93	14,87	98,48	
итого за 2завтрак		170	7,860	5,920	24,75	183,480	
обед	Суп картофельный с крупой	160	1,262	1,748	9,331	58,08	Источники — 2, технологическая карта № 80
	Шницель рубленый, мясной	60	6,65	19,62	9,64	242	Источники — 2, технологическая карта № 282
	Макароны отварные	120	4,763	3,656	22,854	143,42	Источники — 2, технологическая карта № 204
	Салат овощной	40	0,57	2,435	3,344	37,56	Источники — 2, технологическая карта № 33
	Компот из сухеных фруктов	160	0,35	0,016	9,84	46,88	Источники — 2, технологическая карта № 376
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,16	
итого за обед		580	16,435	27,875	71,529	608,980	
<i>За полдник</i>	Биточки рыбные	60	7,61	2,45	5,33	74	Источники — 2, технологическая карта № 255
	Соус томатный	25	0,23	0,84	1,6	14,9	Источники — 2, технологическая карта № 348
	Каша пшеничная вязкая	130	3,581	4,076	20,49	133,35	Источники — 2, технологическая карта № 168
	Салат овощной	20	0,28	1,218	16,77	79,16	Источники — 2, технологическая карта № 33
Чай с сахаром, лимоном	160	0,106	0,017	9,066	36,841	Источники — 2, технологическая карта № 393	
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88		
итого за полдник		415	13,327	8,761	63,046	385,131	
Итого за день:		1500	49,198	69,184	194,227	1638,029	