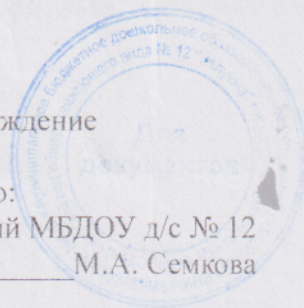


муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад общеразвивающего вида № 12 «Золушка»
города Новошахтинска

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



23.09.2022

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 сушеных 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>Суп с овощами по рецепту</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 | |