

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

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

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

19.01.2023г.

Прием пищи Неделя <u>вторая</u> День <u>четвертый</u>	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Пудинг из творога	150/180	22,81/27,38	14,7/17,64	35,325/42,39	364,5/437,40	Источники — 2, технологическая карта № 234
	Соус сметанный	50/55	0,63/0,77	2,248/2,75	2,64/3,23	33,345/40,76	Источники — 2, технологическая карта № 354
	Какао с молоком	160/180	3,15/3,67	2,72/3,19	12,96/15,82	89/107	Источники — 2, технологическая карта № 397
	Бутерброд с маслом	20/5 20/5	1,53/1,53	4,718/4,718	9,137/9,137	85/85	Источники — 2, технологическая карта № 1
итого за завтрак		<b>385/440</b>	<b>28,12/33,351</b>	<b>24,386/28,295</b>	<b>60,062/70,577</b>	<b>571,845/670,16</b>	
<u>2 завтрак:</u>	Сок фруктовый	150/180	0,75	0	15,15	63,33	Источники — 2, технологическая карта № 399
итого за 2завтрак		<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0</b>	<b>15,15</b>	<b>63,33</b>	
обед	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	3,776	3,394	11,950	93,42	Источники — 2, технологическая карта № 83
	Запеканка из печени с рисом	150	18,59	7,40	20,51	223	Источники — 2, технологическая карта № 294
	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	22,21	90	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		<b>570</b>	<b>26,126</b>	<b>13,645</b>	<b>74,534</b>	<b>525,020</b>	
уплотненный полдник	Каша гречневая, рассыпчатая	120	6,88	4,874	30,91	195	Источники — 2, технологическая карта № 313
	Молоко кипяченое	160	4,58	4,08	7,55	85	Источники — 2, технологическая карта № 400
	Кондитерские изделия	20	3,28	1,84	17,2	71,92	
	Фрукты	95	1,45	0	19,8	85	
итого за полдник		<b>395</b>	<b>16,19</b>	<b>10,794</b>	<b>75,460</b>	<b>436,920</b>	
Итого за день:		<b>1500</b>	<b>71,186</b>	<b>48,825</b>	<b>225,206</b>	<b>1597,115</b>	