

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
"Детский сад № 5 "Радуга" города Шумерля Чувашской Республики  
ОТВЕТСТВЕННЫЙ ЗАВЕДУЩИЙ МБДОУ "Д/с № 5"  
Радуга Шумерля  
Батранова А.Н.

Меню приготовленных блюд  
Длительность пребывания дошкольников 11 часов



| Прием пищи       | Наименование блюда            | Вес блюда | Пищевые вещества |        |          | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептуры |
|------------------|-------------------------------|-----------|------------------|--------|----------|----------------------------|----------------|
|                  |                               |           | Белки            | Жиры   | Углеводы |                            |                |
| завтрак          | бутерброд с маслом            | 30        | 1,1              | 4,8    | 11,5     | 97,2                       | 10             |
|                  | каша манная                   | 150       | 4,38             | 5,76   | 16,24    | 130,34                     | 29             |
|                  | чай с молоком(2вариант)       | 180       | 1,5              | 1,1    | 12,1     | 64,2                       | 26             |
|                  |                               |           |                  |        |          |                            |                |
|                  |                               |           |                  |        |          |                            |                |
|                  |                               |           |                  |        |          |                            |                |
| второй завтрак   | сок                           | 150       | 0,6              | 0,6    | 14,7     | 63                         | 80             |
|                  | сладкий соус                  | 15        | 0,55             | 0,015  | 7,46     | 29,76                      | 78             |
|                  | зразы из творога с изюмом     | 80        | 3,4              | 2,6    | 14,1     | 107                        | 44             |
| итого за завтрак |                               |           |                  |        |          |                            |                |
|                  |                               | 590       | 11,53            | 14,875 | 76,1     | 461,74                     |                |
| обед             | огурец свежий                 | 30        | 0,21             | 0,03   | 0,57     | 3,3                        | 16             |
|                  | борщ со свежей капустой       | 150       | 2,7              | 5,2    | 13,3     | 107                        | 82             |
|                  | овощи тушеные с мясом         | 180       | 8,79             | 8,51   | 19,81    | 186,12                     | 233            |
|                  | лимонный напиток              | 150       | 0,07             | 0      | 8,24     | 31,33                      | 45             |
|                  | хлеб ржаной                   | 40        | 2,64             | 0,48   | 13,68    | 66,16                      | 95             |
|                  |                               |           |                  |        |          |                            |                |
|                  |                               |           |                  |        |          |                            |                |
|                  |                               |           |                  |        |          |                            |                |
| итого за обед    |                               | 550       | 14,41            | 14,22  | 55,6     | 393,91                     |                |
| полдник + ужин   | салат из белокачанной капусты | 40        | 0,6              | 1,4    | 5        | 32,6                       | 79             |
|                  | гуляш                         | 60        | 4,4              | 4,1    | 1,9      | 62                         | 29             |
|                  | пюре картофельное             | 110       | 2                | 4,4    | 20,7     | 132,5                      | 4              |
|                  | молоко кипяченое              | 170       | 4,2              | 4,5    | 8,7      | 94,41                      | 434            |
|                  | батон                         | 30        | 2,27             | 0,27   | 14,01    | 64,08                      | 5              |
| итого за полдник |                               | 410       | 13,47            | 14,67  | 50,31    | 385,59                     |                |
| ИТОГО за день    |                               |           | 39,41            | 43,765 | 182,01   | 1241,24                    |                |

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
"Детский сад № 5 "Радуга" города Шумерля Чувашской Республики



Меню приготовленных блюд  
Длительность пребывания дошкольников 11 часов

| Прием пищи       | Наименование блюда            | Вес блюда | Пищевые вещества |        |          |        | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------------|-------------------------------|-----------|------------------|--------|----------|--------|-------------------------|-------------|
|                  |                               |           | Белки            | Жиры   | Углеводы | ккал   |                         |             |
| завтрак          | бутерброд с маслом            | 50        | 1,84             | 8,02   | 20,2     | 165,99 |                         | 10          |
|                  | каша манная                   | 200       | 5,7              | 6,75   | 20,59    | 160,79 |                         | 29          |
|                  | чай с молоком(2вариант)       | 200       | 1,7              | 1,3    | 13,5     | 71,3   |                         | 26          |
|                  |                               |           |                  |        |          |        |                         |             |
|                  |                               |           |                  |        |          |        |                         |             |
|                  |                               |           |                  |        |          |        |                         |             |
| второй завтрак   | сок                           | 200       | 0,8              | 0,8    | 19,6     | 84     |                         | 80          |
|                  | сладкий соус                  | 20        | 0,7              | 0,032  | 8,42     | 34,52  |                         | 78          |
|                  | зразы из творога с изюмом     | 90        | 4,08             | 3      | 17,04    | 111    |                         | 44          |
| итого за завтрак |                               | 740       | 14,82            | 19,902 | 99,35    | 593,08 |                         |             |
| обед             | огурец свежий                 | 50        | 0,35             | 0,05   | 0,95     | 5,5    |                         | 16          |
|                  | борщ со свежей капустой       | 180       | 3,2              | 6,2    | 17       | 132,4  |                         | 82          |
|                  | овощи тушенные с мясом        | 210       | 9,41             | 9,45   | 24,31    | 213,87 |                         | 233         |
|                  | лимонный напиток              | 200       | 0,1              | 0,01   | 12,31    | 46,71  |                         | 45          |
|                  | хлеб ржаной                   | 50        | 3,3              | 0,6    | 17,1     | 82,7   |                         | 95          |
|                  |                               |           |                  |        |          |        |                         |             |
| итого за обед    |                               | 690       | 16,36            | 16,31  | 71,67    | 481,18 |                         |             |
| полдник + ужин   | салат из белокачанной капусты | 60        | 0,8              | 2,1    | 7,3      | 48,8   |                         | 79          |
|                  | гуляш                         | 70        | 5,2              | 4,8    | 2,2      | 72,6   |                         | 29          |
|                  | пюре картофельное             | 140       | 3                | 5,9    | 29,5     | 183,1  |                         | 4           |
|                  | молоко кипяченое              | 200       | 4,77             | 5,11   | 9,77     | 104,9  |                         | 434         |
|                  | батон                         | 40        | 3,04             | 0,36   | 18,68    | 85,44  |                         | 5           |
| итого за полдник |                               | 510       | 16,81            | 18,27  | 67,45    | 494,84 |                         |             |
| ИТОГО за день    |                               |           | 47,99            | 54,482 | 238,47   | 1569,1 |                         |             |