

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



Меню приготовленных блюд
Длительность пребывания дошкольников 11 часов

план № 3 12.03.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность				№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
завтрак	бутерброд с маслом	30	1,1	4,8	11,5	97	10
	каша геркулесовая	150	4,78	6,72	16,89	143,02	26
	какао с молоком	180	1,5	1,5	9,4	57,5	18
второй завтрак	кисломолочный напиток (ряженка)	180	4,5	5	7,56	91,8	83
	печенье	20	1,5	2,36	14,98	83,42	119
итого за завтрак		560	13,38	20,38	60,33	472,74	
обед	огурец соленый	30	0,24	0,03	0,51	3,15	122
	суп с клецками	150	2,9	2,1	13	82	151
	запеканка картофельная с мясом и соусом	160	10	13	25	257	19
	компот из апельсинов	180	0,4	0,1	19,2	78,5	56
	хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	66,16	95
итого за обед		560	16,18	15,71	71,39	486,81	
полдник + ужин	суфле творожное	130	19,61	14,63	13,78	261,85	89
	сладкий соус	20	0,7	0,032	8,42	34,52	76
	чай с соком	180	0,18	0,18	10,39	42,78	98
	батон	30	2,27	0,27	14,01	64,08	5
	яйцо вареное	20	2	2,25	0,15	28,85	209
итого за полдник		380	24,76	17,362	46,75	432,08	
ИТОГО за день			54,32	53,452	178,47	1391,63	

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	161,6		10
	каша геркулесовая	200	6,31	8,06	23,24	184,93		26
	какао с молоком	200	1,67	1,67	10,43	63,83		18
второй завтрак	кисломолочный напиток(ряженка)	180	4,5	5	7,56	91,8		83
	печенье	40	3	4,72	30	166,84		119
итого за завтрак		670	17,32	27,47	91,43	669		1052
обед	огурец соленый	50	0,4	0,05	0,85	5,25		122
	суп с клецками	180	3,5	2,5	16,6	102,4		151
	запеканка картофельная с мясом и соусом	200	12,5	16,3	31,3	321,3		19
	компот из апельсинов	200	0,44	0,1	21,31	87,14		56
	хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,1	82,7		95
итого за обед		680	20,14	19,55	87,16	598,79		
полдник + ужин	суфле творожное	150	23,6	18,07	17,88	324,14		89
	сладкий соус	20	0,7	0,03	8,42	34,52		76
	яйцо вареное	40	4	4,5	0,3	57,7		209
	батон	40	3,04	0,36	18,68	85,44		5
итого за полдник			31,66	23,19	57,19	549,84		
ИТОГО за день			69,12	70,21	235,78	1817,63		