

Составлен:  
 Проверен:  
 \_\_\_\_\_ (ИМО директора)  
 Дата: \_\_\_\_\_ г.



| Дополнительное меню для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 12.03.2023г. |         |                                                |                     |       |                  |        |       |          |       |                                |      |      |        |        |       |      |      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|------------------------------------------------|---------------------|-------|------------------|--------|-------|----------|-------|--------------------------------|------|------|--------|--------|-------|------|------|
| Весенне-летний сезон                                                                                                    |         |                                                |                     |       |                  |        |       |          |       |                                |      |      |        |        |       |      |      |
|                                                                                                                         | № по СР | Наименование блюда                             | Выход (гр)          | Цена  | Пищевая ценность |        |       |          |       | Витаминно-минеральные вещества |      |      |        |        |       |      |      |
|                                                                                                                         |         |                                                |                     |       | Углеб.           | Белки  | Жиры  | Углеводы | В1    | С                              | А    | Е    | Ca     | P      | Mg    | Fe   |      |
| Завтрак                                                                                                                 |         | Булочка с маслом, с сахаром (40/10/5)          | 55                  | 36,28 | 54               | 3,45   | 3,58  | 0        | 0,01  | 0,17                           | 0,06 | 0,15 | 220    | 120    | 8,75  | 0,25 |      |
|                                                                                                                         | 375     | Каша из риса и пшена с маслом                  | 205(200/5)          | 28,60 | 158,34           | 5,91   | 11,4  | 33,09    | 0,1   | 1,3                            | 0,08 | 0,22 | 127,38 | 156,60 | 36,4  | 0,77 |      |
|                                                                                                                         | 377     | Чай с лимоном                                  | 300(15/7)           | 3     | 59,16            | 0,16   | 0,03  | 15,7     | 0     | 2,8                            | 0    | 0,01 | 2,8    | 1,54   | 0,84  | 0,04 |      |
|                                                                                                                         |         | Итого завтрак                                  | 460                 | 40,23 | 372,4            | 9,58   | 15,01 | 48,29    | 0,11  | 4,27                           | 0,12 | 0,36 | 160,16 | 283,29 | 45,99 | 1,00 |      |
| Завтрак 2                                                                                                               |         | Булочка с маслом                               | 100                 | 17,15 | 89               | 1,5    | 0,1   | 7,1      | 0,04  | 0,3                            | 0,02 | 0    | 0      | 28     | 62    | 0,4  |      |
|                                                                                                                         | 388     | Булочка с маслом                               | 100                 | 17,15 | 89               | 1,5    | 0,1   | 7,1      | 0,04  | 0,3                            | 0,02 | 0    | 0      | 28     | 62    | 0,4  |      |
| Обед                                                                                                                    | 52      | Салат из свеклы отварной (из свежей свеклы с ) | 80                  | 3,34  | 53,91            | 0,83   | 3,65  | 4,72     | 0,01  | 5,7                            | 0    | 1,44 | 21,09  | 24,51  | 12,94 | 0,8  |      |
|                                                                                                                         | 88      | Картофель с сметаной                           | 205(200/5)          | 10,46 | 79,76            | 1,5    | 4,94  | 6,49     | 0,05  | 18,04                          | 0,21 | 1,32 | 32,19  | 40,01  | 17,79 | 0,63 |      |
|                                                                                                                         | 304     | Рис отварной с маслом                          | 150                 | 17,23 | 279,6            | 4,86   | 7,16  | 48,92    | 0,06  | 0                              | 0,04 | 2,42 | 1,82   | 81,26  | 23,78 | 0,7  |      |
|                                                                                                                         | 234     | Колбасы рыбные с соусом                        | 100(50/50)          | 35,8  | 118,76           | 7,21   | 5     | 10,92    | 0,04  | 0,62                           | 0,03 | 2,54 | 45,26  | 102,07 | 8,82  | 0,4  |      |
|                                                                                                                         |         | Напиток из соевого молока                      | 200                 | 8,12  | 118,98           | 0,68   | 0,28  | 20,74    | 0,02  | 100                            | 0,02 | 0    | 21,94  | 5,44   | 3,44  | 0,64 |      |
|                                                                                                                         |         | Чай с лимоном                                  | 30                  | 2,16  | 58               | 0,12   | 0,36  | 0        | 0     | 0                              | 0    | 0    | 0      | 0      | 0     | 0    |      |
|                                                                                                                         |         | Чай с лимоном                                  | 30                  | 2,16  | 58               | 0,12   | 0,36  | 0        | 0     | 0                              | 0    | 0    | 0      | 0      | 0     | 0    |      |
|                                                                                                                         |         | Итого обед                                     | 775                 | 79,27 | 796,61           | 16,7   | 21,55 | 101,51   | 0,2   | 124,36                         | 0,4  | 8,53 | 126,7  | 264,25 | 87,17 | 3,38 |      |
|                                                                                                                         | Полдник |                                                | Апельсин            | 200   | 3,68             | 109,81 | 0,07  | 0        | 28,92 | 0,05                           | 1,28 | 0,38 | 0      | 0,21   | 0     | 0    | 0,01 |
|                                                                                                                         |         |                                                | Ватрушка с творогом | 70    | 6,7              | 232,68 | 4,21  | 2,49     | 48,41 | 0,01                           | 0,17 | 0,01 | 0      | 15,08  | 47,23 | 9,23 | 1,03 |
|                                                                                                                         |         |                                                | Итого полдник       | 270   | 12,38            | 342,47 | 4,28  | 2,49     | 77,33 | 0,06                           | 1,45 | 0,39 | 0      | 15,29  | 47,23 | 9,23 | 1,04 |