

Согласовано:

Директор _____ (ФИО директора)

Дата: _____ г.



Дескриптивное меню для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 01.12.2023г.
Осенне-зимний сезон.

ОБЩАЯ ЗАДАЧА																	
№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена	Данные (Питательность)					Витамины и минеральные вещества								
				Питательная ценность													
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe		
Завтрак	Булочка с маслом сливочным	40(30/10)	14,4	146,2	2,36	8,43	14,66	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44		
	174 Паштет мясной с маслом	155(150/5)	18,65	391,33	4,41	6,31	28,85	0,04	0,17	0,04	0,18	92,91	117,18	26,79	0,41		
	182 Паштет с мясом	200	13,2	343	3,79	1,2	25,81	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	136,2	31	0,98		
	Итого завтрак	395	46,25	480,53	10,56	18	69,32	0,12	2,27	0,08	0,23	226,03	259,58	83,33	1,83		
Затрава 2	338 Яблоки с корицей	100	12	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,03	0,4	10	8	3	1		
Обед	62 Салат из моркови с сахаром	60	3	49,02	0,74	0,05	6,89	0,04	2,02	0,04	0	15,46	31,66	21,63	0,4		
	102 Суп картофельный с горохом	200	9,04	118,63	4,13	4,27	15,6	0,18	10,98	0,22	1,46	27,78	70,3	29,14	1,64		
	294 Котлеты рубленные из птицы с соусом	100	35,63	164	8,45	6,85	10,36	0,11	0,84	0,13	1,79	37,94	48,8	13,4	0,98		
	303 Макароны отварные	150	10	196,87	3,38	4,68	32,4	0,05	0	0,03	1,11	5,42	51,46	9,25	1,08		
	349 Помидоры с соусом	200	5,17	125,05	0,57	0	12,21	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Хлеб диетический	30	2,28	73,5	2,04	0,39	12,21	0,02	0	0	0	3,15	14,22	4,23	0,35		
	Хлеб пшеничный	10	2,28	71,4	2,38	0,24	14,56	0,03	0	0	0	6	19,5	4,2	0,33		
	Итого	770	67,4	799,47	23,57	19,48	124,25	0,45	13,94	0,42	4,86	95,75	235,94	81,81	4,79		
Полдник																	
	Вареники	200	24,88	102	6	5	8,4	0,06	0,9	60	0	372	276	42	0,3		
	Печенье	50	11,05	84	3,76	5,9	37,46	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Итого полдник	250	35,93	186	9,76	10,9	45,86	0,06	0,9	60	0	372	276	42	0,3		