

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



Длительность пребывания дошкольников 11 часов

Ясди №10

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	бутерброд с маслом	30	1,1	4,8	11,5	97	10
	каша "Дружба"	150	4,6	6,15	17,35	138,86	37
	чай с лимоном	180	0,2	0	5,4	22,9	31
второй завтрак	молоко кипяченое	180	5,3	4,6	8,8	99	434
	печенье	20	1,5	2,36	14,98	83,42	119
итого за завтрак		595	12,7	17,91	58,03	441,18	
обед	салат из свежей капусты	30	0,5	2,02	1,31	25,17	70
	свекольник со сметаной на мясном б	150	2,5	5,78	10,01	99,95	74
	суфле куриное	60	13,46	11	19	211	88
	макароны отварные	110	4,02	3,66	26,48	148,37	46
	компот из апельсинов	180	0,4	0,09	19,2	78,4	56
	хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	66,16	95
итого за обед		570	23,52	23,03	89,68	629,05	
полдник + ужин	крендель сахарный	70	4,75	9,03	29,7	187,03	135
	чай с соком	180	0,18	0,18	10,39	42,78	98
	яйцо вареное	40	4	4,5	0,3	57,7	209
итого за полдник		290	8,93	13,71	40,39	287,51	
ИТОГО за день			45,15	54,65	188,1	1357,74	

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		
завтрак	бутерброд с маслом	50	1,84	8,02	20,2	165,99	10
	каша "Дружба"	200	6,15	7,3	25,3	185,21	37
	чай с лимоном	200	0,3	0	6	25,5	31
второй завтрак	молоко кипяченое	200	5,8	5,1	9,7	110	434
	печенье	40	3	4,72	30	166,84	119
итого за завтрак		675	17,09	25,14	91,2	610,9	
обед	салат из свежей капусты	50	0,86	3,04	2,25	39,3	70
	свекольник со сметаной на мясном буль	200	2,88	6,41	12,06	114,59	74
	макароны отварные	130	4,75	3,8	31,29	170,54	46
	суфле куриное	70	15,89	9,65	4,68	168,02	88
	компот из апельсинов	200	0,4	0,1	21,3	87,1	56
	хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,1	82,7	95
итого за обед		670	28,08	23,6	88,68	662,25	
полдник + ужин	"гребешок" из дрожжевого теста	100	6,08	5,2	4,46	253,58	136
	чай с соком	200	0,32	0,23	11,91	48,04	98
	яйцо вареное	40	4	4,5	0,3	57,7	209
итого за полдник		340	10,4	9,93	16,67	359,32	
ИТОГО за день			55,57	58,67	196,55	1632,47	