Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад «Колокольчик» с.Перевальное» Симферопольского района Республики Крым
ОКПО 81760856, ОГРН 1239100014944, ИНН/ КПП 9109029830/910901001,
Ул. Октябрьская, зд. 49А, с.Перевальное, Симферопольский район, Республика Крым, 297578 e-mail: sadik-pereval@crimeaedu.ru

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колокольчик» с. Перевальное

_____ Е.Г. Слесарева

_____ г.

Меню приготавливаемых блюд
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад «Колокольчик» с. Перевальное»

Период: две недели

Возрастная категория 3-7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 ***День 1 (Понедельник)***							
Завтрак	Макароны отварные с сыром	200	12,0	10,0	35,3	280	259
	Бутерброд с маслом и повидлом	45	2,7	4,28	20,04	113,45	1
	Чай с лимоном	180	0,25	0,01	7,29	30,13	501
Итого за завтрак		**425**	**14,95**	**14,29**	**62,63**	**423,58**	

Второй завтрак	Сок	180	0,90	0,00	18,18	76	407
Итого за второй завтрак		**180**	**0,90**	**0,00**	**18,18**	**76**	–
Обед	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	200	6,34	4,12	17,51	118,87	149
	Гренки из пшеничного хлеба	30	3,74	0,47	21,00	103,16	58
	Пюре картофельное	130	2,64	4,54	15,65	123,07	434
	Котлета рыбная	70	6,83	3,82	24,79	99,75	351
	Овощи натуральные/соленые	60	0,48	0,06	1,5	8,4	112
	Хлеб ржаной	38	2,5	0,5	12,7	66,1	8
	Компот из сушеных/замороженных плодов	180	0,50/0,18	0,00/0,00	18,01/9,06	70,00/38,5	491
Итого за обед		**708**	**23,03/ 22,71**	**13,51**	**111,16/ 102,21**	**589,35**	–
Полдник	Рогалик(пирожок) с повидлом/яблоком	70	5,3	4,75	29,5	183,3	561
	Кофейный напиток с молоком	180	2,25	2,79	10,66	75,71	465
Итого за полдник		**250**	**7,55**	**7,54**	**40,16**	**259,01**	–
Итого за 1 день:		**1563**	**46,43/ 46,11**	**35,34**	**232,13/223,18**	**1347,94**	–

КОПИЯ ВЕРНА
ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ
Е.СЛЕСАРЕВА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ * ДЕТСКИЙ САД "КОЛОКОЛЬЧИК" С. ПЕРЕВАЛЬНОЕ * СИМФЕРОПОЛЬСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ * ОГРН 1239100014944 * ИНН 9109029830
МБДОУ "ДЕТСКИЙ САД "КОЛОКОЛЬЧИК" С. ПЕРЕВАЛЬНОЕ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 ***День 2 (Вторник)***							
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	200	6,21	7,47	25,11	192,00	269
	Бутерброд с маслом и сыром	45	6,18	8,27	17,28	169	3
	Чай с молоком	180	1,3	1,96	7,02	50,92	460
Итого за завтрак		**425**	**13,69**	**17,7**	**49,41**	**411,92**	–
Второй завтрак	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	118
Итого за второй завтрак		**100**	**0,4**	**0,4**	**9,8**	**47**	–
Обед	Суп картофельный с крупой с мясом птицы	200	6,14	3,65	15,88	116,00	101
	Голубцы ленивые	200	17,68	11,35	25,06	273,33	298
	Соус сметанный	20	0,29	3,37	1,08	30,0	372
	Салат из свеклы	60	0,8	2,8	4,2	44,5	59
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71	7
	Хлеб ржаной	38	2,5	0,5	12,7	66,1	8
	Компот из сушеных/замороженных плодов	180	0,50/0,18	0,00/0,00	18,01/9,06	70,00/38,5	491
Итого за обед		**728**	**30,21/ 29,89**	**21,87**	**92,03/ 83,08**	**670,93/ 639,43**	–

Полдник	Запеканка творожная со сгущенным молоком	130	23,69	11,4	21,7	284,14	319
	Кисломолочный напиток	180	5,80	6,40	8,00	118,00	535
Итого за полдник		**310**	**29,49**	**17,8**	**29,7**	**402,14**	–
Итого за 2 день:		**1563**	**73,79/ 73,47**	**57,77**	**180,94/171,99**	**1531,99/1500,49**	–

КОПИЯ ВЕРНА
ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ
Е.СЛЕСАРЕВА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД "КОЛОКОЛЬЧИК" С. ПЕРЕВАЛЬНОЕ СИМФЕРОПОЛЬСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ * ДЕТСКИЙ САД "КОЛОКОЛЬЧИК" С. ПЕРЕВАЛЬНОЕ * ОГРН 1239100014944 * ИНН 9109029830
МБДОУ "ДЕТСКИЙ САД "КОЛОКОЛЬЧИК" С. ПЕРЕВАЛЬНОЕ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 ***День 3 (Среда)***							
Завтрак	Омлет натуральный	100	8,6	13,4	2,3	163,1	56
	Бутерброд с маслом и повидлом	45	2,7	4,28	20,04	113,45	1
	Икра овощная	60/50	0,72/0,88	2,83/4,03	4,63/5,04	46,80/61,00	121/124
	Чай с лимоном	188	0,25	0,01	7,29	30,13	459
Итого за завтрак		**393/ 383**	**12,27/ 12,43**	**20,52/ 21,72**	**34,26/ 34,67**	**353,48/ 367,68**	–
Второй завтрак	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	118
	Сок	150	0,75	-	15,15	64	501
Итого за второй завтрак		**250**	**1,15**	**0,4**	**24,95**	**111**	–
Обед	Борщ с капустой свежей, с мясом и со сметаной	200	2,82	4,79	7,83	93,69	133
	Котлета из говядины	70	9,84	8,02	7,15	139,97	386
	Каша гречневая рассыпчатая	155	8,86	5,98	39,81	248	4.11
	Овощи натуральные/соленые	60	0,48	0,06	1,5	8,4	112
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71	7
	Хлеб ржаной	38	2,5	0,5	12,7	66,1	8

	Компот из сушеных/замороженных плодов	180	0,50/0,18	0,00/0,00	18,01/9,06	70,00/38,5	491
Итого за обед		**733**	**27,3/ 26,98**	**19,55**	**102,1/ 93,15**	**697,16/ 665,66**	–
Полдник	Вареники ленивые со сгущенным молоком	155/15	29,46	14,47	28,81	363,26	243
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	416
	Кондитерские изделия	60	4,5	5,88	44,64	250,2	604
Итого за полдник		**395/ 255**	**37,63**	**23,54**	**89,27**	**720,46**	–
Итого за 3 день:		**1771/ 1621**	**78,35/ 78,19**	**64,01/ 65,21**	**250,58/242,04**	**1882,1/ 1864,8**	–

КОПИЯ ВЕ
ЗАВЕДУЮЩИЙ

Е.СЛЕСАРЕВА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ * ДЕТСКИЙ САД "КОЛОКОЛЬЧИК" С. ПЕРЕВАЛЬНОЕ СИМФЕРОПОЛЬСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ * ОГРН 1239100014944 *

МБДОУ "ДЕТСКИЙ САД "КОЛОКОЛЬЧИК" С. ПЕРЕВАЛЬНОЕ ИНН 9109029830

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 ***День 4 (Четверг)***							
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	200	7,01	8,09	28,39	213,00	270
	Бутерброд с маслом и сыром	45	6,18	8,27	17,28	169	3
	Чай с молоком	180	1,3	1,96	9,02	50,92	460
Итого за завтрак		**425**	**14,49**	**18,32**	**49,69**	**432,92**	–
Второй завтрак	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	118
Итого за второй завтрак		**100**	**0,4**	**0,4**	**9.8**	**47**	–
Обед	Суп рыбный	200	8,6	8,41	22,52	167,25	95
	Плов с птицей	210	20,0	18,5	33,5	380	304
	Салат из белокочанной капусты	50	1,1	5,1	4,6	68	79
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71	7
	Хлеб ржаной	38	2,5	0,5	12,7	66,1	8
	Кисель из сушеных/замороженных плодов	180	0,9/0,18	0,92/0,18	26,4/19,8	106/81	397
Итого за обед		**708**	**35,4/ 34,68**	**33,63/ 32,89**	**114,82/108.22**	**858,35/833,35**	–
Полдник	Ватрушка с творогом/повидлом	70	5,6	4,3	24,48	182,3	560
	Кисломолочный напиток	180	5,80	6,40	8,00	118,00	535

Итого за полдник	**250**	**11,4**	**10,7**	**32,48**	**300,3**	–
Итого за 4 день:	**1483**	**61,69/ 60,97**	**63,05/ 62,31**	**206,79/200,19**	**1638,57/1613,57**	–

КОПИЯ ВЕРНА
ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ

Е.СЛЕСАРЕВА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД «КОЛОКОЛЬЧИК» С. ПЕРЕВАЛЬНОЕ СИМФЕРОПОЛЬСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

МБДОУ "ДЕТСКИЙ САД "КОЛОКОЛЬЧИК" С. ПЕРЕВАЛЬНОЕ

ИНН 9109029830

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 ***День 5 (Пятница)***							
Завтрак	Каша из хлопьев овсяных «Геркулес» жидкая	200	5,95	7,98	20,50	175,25	272
	Бутерброд с маслом	35	2,7	3,85	17,28	114	1
	Чай с молоком	180	1,3	1,96	9,02	50,92	394
Итого за завтрак		**415**	**9,95**	**13,79**	**46,8**	**340,17**	–
Второй завтрак	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	118
Итого за второй завтрак		**100**	**0,4**	**0,4**	**9,8**	**47**	–
Обед	Свекольник, с мясом и со сметаной	200	3,38	5,2	11,03	116,11	136
	Биточки куриные	70	10,5	7,5	6,5	132,01	417
	Картофель отварной	130	2,51	5,77	17,47	140,37	431
	Салат из консервированных овощей	60/60	1,72/2,5	3,71/0,10	4,92/4,15	59,58/27,5	13/10
	Хлеб ржаной	38	2,5	0,5	12,7	66,1	8
	Компот из сушеных/замороженных плодов	180	0,50/0,18	0,00/0,00	18,01/9,06	70,00/33,00	491
Итого за обед		**678**	**21,11/ 21,57**	**22,68/ 19,07**	**70,63/ 60,91**	**584,17/ 515,09**	–
	Оладьи из печени по-кунцевски	100	17	5,3	14	173	357

Полдник	Салат картофельный с солеными огурцами	60	0,87	6,13	5,77	82	65
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71	7
	Чай с лимоном	180	0,25	0,01	7,29	30,13	495
Итого за полдник		**370**	**20,42**	**11,64**	**42,16**	**356,13**	–
Итого за 5 день:		**1563**	**51,88/ 52,34**	**48,51/ 44,9**	**159,67**	**1327,47/1258,39**	–

ВЕРНА
МБДОУ

.СЛЕСАРЕВА

МБДОУ "ДЕТСКИЙ САД "КОЛОКОЛЬЧИК" С. ПЕРЕВАЛЬНОЕ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 ***День 6 (Понедельник)***							
Завтрак	Омлет натуральный	100	8,6	13,4	2,3	163,1	56
	Бутерброд с маслом и сыром	46	4,64	6,76	14,82	138	3
	Икра овощная	60/50	0,72/0,88	2,83/4,03	4,63/5,04	46,80/61,11	121/124
	Чай с лимоном	180	0,25	0,01	7,29	30,13	459
Итого за завтрак		**386/ 376**	**14,21/ 14,37**	**23/ 24,2**	**29,04/ 29,45**	**378,03/ 392,34**	–
Второй завтрак	Сок фруктовый	180	0,90	0,00	18,18	76	407
Итого за второй завтрак		**100**	**0,90**	**0,00**	**18,18**	**76**	–
Обед	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	200	6,34	4,12	17,51	118,87	149
	Рыба тушенная с овощами	100	11,81	5,58	1,75	103,08	349
	Рис отварной	150	3,73	4,08	30,57	200,00	419
	Овощи натуральные/соленые	60	0,48	0,06	1,5	8,4	112
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71	7
	Хлеб ржаной	38	2,5	0,5	12,7	66,1	8

	Компот из сушеных/замороженных плодов	180	0,50/0,18	0,0/0,00	18,01/9,06	70,00/38,5	491
Итого за обед		**758**	**27,66/27,34**	**14,54**	**97,14/ 88,19**	**637,45/ 605,95**	–
Полдник	Булочка «Веснушка»	70	6,05	5,4	37,64	224,33	473
	Кисломолочный напиток	180	5,80	6,40	8,00	118,00	535
Итого за полдник		**250**	**11,85**	**11,8**	**45,64**	**342,33**	–
Итого за 6 день:		**1494/1484**	**54,62/54,46**	**49,34/ 50,54**	**190/ 181,46**	**1433,81/1416,62**	–

ВЕРНА
ЩИЙ МБДОУ

Е.СЛЕСАРЕВА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД "КОЛОКОЛЬЧИК" С. ПЕРЕВАЛЬНОЕ СИМФЕРОПОЛЬСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ * ОГРН 1239100014944 * ИНН 9109029830

МБДОУ "ДЕТСКИЙ САД "КОЛОКОЛЬЧИК" С. ПЕРЕВАЛЬНОЕ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 *День 7 (Вторник)*							
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,85	5,81	19,99	155,01	171
	Бутерброд с маслом и повидлом	45	2,7	4,28	20,04	113,45	1
	Чай с молоком	180	1,3	1,96	9,02	50,92	460
Итого за завтрак		**425**	**9,85**	**12,05**	**49,05**	**319,38**	–
Второй завтрак	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	118
Итого за второй завтрак		**100**	**0,4**	**0,4**	**9,8**	**47**	–
Обед	Рассольник Ленинградский, с мясом и со сметаной	200	3,28	4,8	16,76	116,11	139
	Тефтели из говядины с рисом	70	8,97	9,49	7,31	150,50	195
	Горошница	150	12	4,71	30,75	238,5	181
	Салат из свеклы	60	0,8	2,8	4,2	44,5	59
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71	7
	Хлеб ржаной	38	2,5	0,5	12,7	66,1	8
	Компот из сушеных/замороженных плодов	180	0,50/0,18	0,00/0,00	18,01/9,06	70,0/38,5	491
Итого за обед		**728**	**30,35/30,03**	**22,5/22,5**	**104,83/95,88**	**756,71/725,21**	–

Полдник	Пудинг творожный со сгущенным молоком	125/25	23,16	8,28	17,48	316,21	251
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	416
Итого за полдник		**330**	**36,83**	**11,47**	**33,3**	**423,21**	–
Итого за 7 день:		**1583**	**77,43/77,11**	**46,42**	**196,98/188,03**	**1546,3/ 1514,8**	–

КОПИЯ ВЕРНА
ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ

Е.СЛЕСАРЕВА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД "КОЛОКОЛЬЧИК" С. ПЕРЕВАЛЬНОЕ СИМФЕРОПОЛЬСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ * ОГРН 1239100014944 * ИНН 9109029830
МБДОУ "ДЕТСКИЙ САД "КОЛОКОЛЬЧИК" С. ПЕРЕВАЛЬНОЕ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 ***День 8 (Среда)***							
Завтрак	Каша кукурузная молочная жидкая	200	5,83	7,27	25,56	192,00	91
	Бутерброд с маслом	35	2,7	3,85	17,28	114	1
	Кофейный напиток с молоком	180	2,25	2,79	10,66	75,71	465
Итого за завтрак		**415**	**10,78**	**13,91**	**53,5**	**381,71**	–
Второй завтрак	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	118
Итого за второй завтрак		**100**	**0,4**	**0,4**	**9,8**	**47**	–
Обед	Борщ с капустой свежей, с мясом и со сметаной	200	2,82	4,79	7,83	93,69	133
	Гуляш из отварного мяса	70	5,25	6,65	2,16	144,20	373
	Макаронные изделия отварные	150	5,21	4,59	32,03	186	297
	Овощи натуральные/соленые	60	0,48	0,06	1,5	8,4	112
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71	7
	Хлеб ржаной	38	2,5	0,5	12,7	66,1	8
	Кисель из сушеных/замороженных плодов	180	0,75/0,18	0,08/0,07	21,45/19,8	86,25/81	397
Итого за обед		**728**	**19,31/ 18,74**	**16,87/ 16,86**	**92,77/ 91,12**	**655,64/ 650,39**	–

Полдник	Вареники ленивые со сгущенным молоком	155/15	29,46	14,47	28,81	363,26	243
	Кисломолочный напиток	180	5,80	6,40	8,00	118,00	535
	Кондитерские изделия	60	4,5	5,88	44,64	250,2	604
Итого за полдник		**395/ 255**	**39,76**	**26,75**	**81,45**	**731,46**	–
Итого за 8 день:		**1638/ 1498**	**70,25/ 69,68**	**57,93/ 57,92**	**237,52/235,87**	**1815,81/1810,56**	–

КОПИЯ ВЕРНА
ЕДУЮЩИЙ МБДОУ
Е.СЛЕСАРЕВА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ * ДЕТСКИЙ САД «КОЛОКОЛЬЧИК» С. ПЕРЕВАЛЬНОЕ СИМФЕРОПОЛЬСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ * ОГРН 1233100014944 * ИНН 9109029830
МБДОУ "ДЕТСКИЙ САД "КОЛОКОЛЬЧИК" С. ПЕРЕВАЛЬНОЕ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 ***День 9 (Четверг)***							
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	200	6,21	7,47	25,11	192,00	269
	Бутерброд с маслом	35	2,7	3,85	17,28	114	1
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	416
Итого за завтрак		**415**	**12,58**	**14,51**	**58,21**	**413**	–
Второй завтрак	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	118
Итого за второй завтрак		**100**	**0,4**	**0,4**	**9,8**	**47**	–
Обед	Суп рыбный	200	8,6	8,41	22,52	167,25	95
	Котлета рубленная из птицы	85/5	12,5	14,4	8,4	220,5	294
	Каша гречневая рассыпчатая	155	8,86	5,98	39,81	248	4.11
	Салат из капусты белокочанной	50	1,1	5,1	4,6	68	79
	Хлеб ржаной	38	2,5	0,5	12,7	66,1	8
	Компот из сушеных/замороженных плодов	180	0,50/0,18	0,00/0,00	18,01/9,06	70,0/38,5	491
Итого за обед		**708**	**34,06/ 33,74**	**34,39**	**106,04/ 97,09**	**839,85/ 801,35**	–
Полдник	Винегрет овощной	60	1,04	4,59	4,91	67,50	82
	Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	63,00	267

	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71	7
	Чай с лимоном	180	0,25	0,01	7,29	30,13	459
Итого за полдник		**310**	**8,67**	**9,4**	**27,58**	**231,63**	–
Итого за 9 день:		**1533**	**55,71/55,39**	**58,7**	**201,63/193**	**1531,48/1493**	–

КОПИЯ ВЕРНА
ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ

Е.СЛЕСАРЕВА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ * ДЕТСКИЙ САД "КОЛОКОЛЬЧИК" С. ПЕРЕВАЛЬНОЕ СИМФЕРОПОЛЬСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ * ОГРН 1239100014944 * ИНН 9109029830
МБДОУ "ДЕТСКИЙ САД "КОЛОКОЛЬЧИК" С. ПЕРЕВАЛЬНОЕ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 ***День 10 (Пятница)***							
Завтрак	Каша пшенная молочная жидкая	200	7,01	8,09	28,39	213	273
	Бутерброд с маслом и сыром	45	6,18	8,27	17,28	169	3
	Кофейный напиток с молоком	180	2,25	2,79	10,66	75,71	465
Итого за завтрак		**425**	**15,44**	**19,15**	**56,33**	**457,71**	–
Второй завтрак	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	118
	Сок	150	0,75	-	15,15	64	501
Итого за второй завтрак		**250**	**1,15**	**0,4**	**24,95**	**111**	–
Обед	Свекольник , с мясом и со сметаной	200	3,38	5,2	11,03	116,11	136
	Птица тушенная в соусе с овощами	230	21,9	20,7	22,7	371,5	302
	Салат из консервированных овощей	60/60	2,5/1,72	0,1/3,71	4,15/4,92	27,5/59,58	10/13
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71	7
	Хлеб ржаной	38	2,5	0,5	12,7	66,1	8
	Компот из сушеных/замороженных плодов	180	0,50/0,18	0,00/0,00	18,01/9,06	70,00/38,5	491
Итого за обед		**738**	**33,08/ 31,98**	**26,7/ 30.31**	**83,69/ 75,51**	**722,21/ 722,79**	–
Полдник	Сдоба обыкновенная	80	6,72	4,85	26,05	223,09	589

	Молоко кипяченное	200	6,12	5,28	10,14	114,09	6
Итого за полдник		**280**	**12,84**	**10,13**	**36,19**	**337,18**	–
Итого за 10 день:		**1693**	**62,51/ 61,41**	**56,38**	**201,16/192,98**	**1628,1/ 1628,68**	
Среднее значение за период		**1573**	**63,143**	**50,62**	**204**	**1562**	–

КОПИЯ ВЕРНА
ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ
Е.СЛЕСАРЕВА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ * ДЕТСКИЙ САД "КОЛОКОЛЬЧИК" С. ПЕРЕВАЛЬНОЕ СИМФЕРОПОЛЬСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ * ОГРН 1239100014944 * ИНН 9109029830
МБДОУ "ДЕТСКИЙ САД "КОЛОКОЛЬЧИК" С. ПЕРЕВАЛЬНОЕ