

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД

ДЕНЬ № 3

На 17.06.2025 г.

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептурь
		белки	жиры	углевод		
<i>Каша жидкая молочная гречневая</i>	180/200	4.73/ 6	4.73/ 5.7	29/ 37	177.6/ 214.4	199
<i>Чай с сахаром</i>	150/180	0.05/ 0.06	0.017/0.0 2	7.88/ 9.46	31.57 /37.89	411
<i>Хлеб пшеничный</i>	20/30	2.37/ 3.95	0.3/ 0.5	14.49/24 .15	71/ 118	
ИТОГО		10.22/ 12.23	15.22/ 18.83	35.53/ 43.93	319.29/ 393.29	

Второй завтрак

<i>Фрукты свежие</i>	100/100	0.4/ 0.4	0.4/ 0.4	9.8/ 9.9	44/ 44	386
----------------------	---------	-------------	-------------	-------------	-----------	-----

ОБЕД

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептурь
		белки	жиры	углевод		
<i>Суп лапша домашняя</i>	150/200	1.55/ 2.07	0.47/ 0.62	7.32/ 9.7	39.73/ 52.9	94/126
<i>Птица отварная</i>	60/70	12.66/ 14.7	8.16/ 9.52	0/ 0	124/ 144.6	317
<i>Рагу из овощей</i>	120/150	1.52/ 2.28	7.07/ 10.6	9.3/ 13.9	107.09/ 160.6	148
<i>Соус томатный</i>	30/40	0.35/ 0.46	1.26/ 1.68	2.4/ 3.21	22.35/ 29.8	366
<i>Компот из сухофруктов</i>	150/180	0.4/ 0.5	0/0	23.5/ 28.2	93/ 111.6	394
<i>Хлеб пшеничный</i>	30/40	2.37/ 3.95	0.3/ 0.5	14.49/24 .15	71/ 118	
<i>Хлеб ржаной</i>	30/40	1.98/ /3.3	0.36/ 0.6	10.02 /16.7	52/ 87	
ИТОГО		23.06/ 32.43	22.66/ 28.46	82.14/ 123.15	625.20/ 880.00	

Полдник

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептурь
		белки	жиры	углевод		
<i>Кондитерское изделие</i>	50/70	1.7/ 2.4	1/1.4	27.7/ 38.85	126.9/ 177.7	
<i>Молоко кипяченое</i>	150/180	4.57/ 5.48	4.07/ 4.88	7.56/ 9.07	85/ 102	419
ИТОГО		11.24/ 17.64	6.46/ 9.83	25.91/ 39.19	206.83/ 316.00	
Итого за третий день		48.87/ 67.52	48.09/ 61.62	149.58/ 210.47	1226.32/ 1679.29	
Стоимость третьего дня		132.10 рублей				

Заведующий МКДОУ №5
Повар
Кладовщик

Морозова Г.М.
Кретьова Н.И.
Дронова О.В.