

# МЕНЮ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД

ДЕНЬ № 5

На 25.04.2025 г.

## ЗАВТРАК

| Наименование<br>блюда  | Вес<br>блюда | Пищевые вещества        |                         |                         | Энергетич<br>еская<br>ценность | №<br>рецептур |
|------------------------|--------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|--------------------------------|---------------|
|                        |              | белки                   | жиры                    | углевод                 |                                |               |
| <i>Яйца вареные</i>    | 40/40        | 5.08/<br>5.08           | 4.6/<br>4.6             | 0.28/<br>0.28           | 63/<br>63                      | 227           |
| <i>Икра свекольная</i> | 120/150      | 1.08/<br>1.35           | 5.64/<br>7.05           | 7.1/<br>8.88            | 83.52/<br>104.4                | 55            |
| <i>Чай с сахаром</i>   | 150/180      | 0.05/<br>0.06           | 0017/0.0<br>2           | 7.88/<br>9.46           | 31.57<br>/37.89                | 411           |
| <i>Хлеб пшеничный</i>  | 20/30        | 2.37/<br>3.95           | 0.3/<br>0.5             | 14.49/24<br>.15         | 71/<br>118                     |               |
| <b>ИТОГО</b>           |              | <b>17.48/<br/>19.85</b> | <b>28.03/<br/>31.87</b> | <b>64.04/<br/>104.4</b> | <b>422.32/<br/>472.22</b>      |               |

## Второй завтрак

|                      |         |              |     |                 |           |     |
|----------------------|---------|--------------|-----|-----------------|-----------|-----|
| <i>Сок фруктовый</i> | 100/100 | 0.75/<br>0.9 | 0/0 | 15.15/<br>18.18 | 64/<br>76 | 418 |
|----------------------|---------|--------------|-----|-----------------|-----------|-----|

## ОБЕД

| Наименование<br>блюда               | Вес<br>блюда | Пищевые вещества        |                         |                          | Энергетич<br>еская<br>ценность | №<br>рецептур |
|-------------------------------------|--------------|-------------------------|-------------------------|--------------------------|--------------------------------|---------------|
|                                     |              | белки                   | жиры                    | углево<br>д              |                                |               |
| <i>Борщ с капустой и картофелем</i> | 150/200      | 1.02/<br>1.36           | 2.89/<br>3.8            | 4.01/<br>5.34            | 46.2/<br>61.6                  | 63            |
| <i>Котлета из говядины</i>          | 60/70        | 9.33/<br>10.8           | 6.93/<br>8.08           | 9.42/<br>10.99           | 137.25/<br>160.12              | 299           |
| <i>Рис припущенный</i>              | 120/150      | 2.91/<br>3.64           | 3.44/<br>4.3            | 29.33/<br>36.67          | 159.96/<br>199.95              | 333           |
| <i>Соус томатный</i>                | 30/40        | 0.35/<br>0.46           | 1.26/<br>1.68           | 2.4/<br>3.21             | 22.35/<br>29.8                 | 366           |
| <i>Компот из сухофруктов</i>        | 150/180      | 0.4/<br>0.5             | 0/0                     | 23.5/<br>28.2            | 93/<br>111.6                   | 394           |
| <i>Хлеб пшеничный</i>               | 20/40        | 2.37/<br>3.95           | 0.3/<br>0.5             | 14.49/24<br>.15          | 71/<br>118                     |               |
| <i>Хлеб ржаной</i>                  | 20/40        | 1.98<br>/3.3            | 0.36/<br>0.6            | 10.02<br>/16.7           | 52/<br>87                      |               |
| <b>ИТОГО</b>                        |              | <b>15.37/<br/>23.09</b> | <b>43.71/<br/>64.12</b> | <b>68.12/<br/>109.32</b> | <b>443.62/<br/>682.8</b>       |               |

## Полдник

| Наименование<br>блюда       | Вес<br>блюда | Пищевые вещества       |                           |                           | Энергетич<br>еская<br>ценность | №<br>рецептур |
|-----------------------------|--------------|------------------------|---------------------------|---------------------------|--------------------------------|---------------|
|                             |              | белки                  | жиры                      | углевод                   |                                |               |
| <i>Булочка йодированная</i> | 50/70        | 22.8/<br>22.8          | 18.6/<br>18.6             | 28.3/<br>28.3             | 376.5/<br>376.5                |               |
| <i>Какао с молоком</i>      | 150/180      | 3.06/<br>3.67          | 2.66/<br>3.19             | 13.18/<br>15.82           | 89.17/<br>107                  | 416           |
| <b>ИТОГО</b>                |              | <b>4.35/<br/>22.76</b> | <b>3.75/<br/>16.55</b>    | <b>6.3/<br/>24.71</b>     | <b>175/<br/>339.00</b>         |               |
| <b>Итого за пятый день</b>  |              | <b>37.95/<br/>66.6</b> | <b>75.487/<br/>112.54</b> | <b>153.61/<br/>256.61</b> | <b>1004.94/<br/>1570.02</b>    |               |
| <b>Стоимость пятого дня</b> |              | <b>129.14 рубля</b>    |                           |                           |                                |               |

Заведующий МКДОУ №5  
Повар  
Кладовщик

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

