

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД

ДЕНЬ № 1

На 29.05.2025 г.

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепта
		белки	жиры	углевод г/д		
Каша вязкая с изюмом	150/200	5.37/ 6.12	5.84/ 6.65	46.65/ 53.13	260.8/ 297	190
Чай с сахаром	150/180	0.05/ 0.06	0.017/ 0.02	7.88/ 9.46	31.57/ 37.89	41
Итого		9.03/ 11.52	10.417/ 13.43	65/ 78.1	389.57/ 478.89	

Второй завтрак

Сок фруктовый	150/180	0.75/ 0.9	0/ 0	15.15/ 18.18	64/ 76	41
---------------	---------	--------------	---------	-----------------	-----------	----

ОБЕД

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	рецепт
		белки	жиры	углевод		
Щи из свежей капусты с картофелем	150/200	1.04/ 1.6	2.93/ 3.4	5.09/ 8	50.85/ 70.4	
Мясо тушеное с овощами в соусе	170/220	16.2/ 21.71	13.28/ 16.55	11.03/ 15.02	228/ 296	2
Компот из сухофруктов	150/180	0.4/ 0.5	0/0	23.5/ 28.2	93/ 111.6	3
Хлеб пшеничный	30/40	2.37/ 3.95	0.3/ 0.5	14.49/ 15	71/ 118	
Хлеб ржаной	30/40	1.98/ 3.3	0.36/ 0.6	10.02/ 16	52/ 87	
ИТОГО		22.09/ 31.54	16.87/ 21.11	64.38/ 93.57	496.35/ 691.4	

Полдник

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	рецепт
		белки	жиры	углевод		
Ватрушка с повидлом	50/70	6.32/ 8.86	10.91/ 15.28	17.84/ 24.98	194.3/ 272	4
Кофейный напиток	150/180	2.37/ 2.85	2.01/ 2.41	11.97/ 14.36	75.83/ 91	4
Итого		6.40/ 8.89	6.54/ 10.27	32.86/ 46.89	219.67/ 322	
Итого за первого день		44.76/ 58.1	47.84/ 61.79	180.03/ 233.38	1337.29/ 1747.29	
Стоимость первого дня				128.51 рублей		

Заведующий МКДОУ №5
Повар
Кладовщик



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