

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД

ДЕНЬ № 3

На 29.07.2025 г.

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
		белки	жиры	углевод		
Каша жидкая молочная гречневая	180/200	4.73/6	4.73/5.7	29/37	177.6/214.4	199
Чай с сахаром	150/180	0.05/0.06	0.017/0.02	7.88/9.46	31.57/37.89	411
Хлеб пшеничный	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

Фрукты свежие	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	№ рецептуры
		белки	жиры	углевод		
Суп лапша домашняя	150/200	1.55/2.07	0.47/0.62	7.32/9.7	39.73/52.9	94/126
Птица отварная	60/70	12.66/14.7	8.16/9.52	0/0	124/144.6	317
Рагу из овощей	120/150	1.52/2.28	7.07/10.6	9.3/13.9	107.09/160.6	148
Соус томатный	30/40	0.35/0.46	1.26/1.68	2.4/3.21	22.35/29.8	366
Компот из сухофруктов	150/180	0.4/0.5	0/0	23.5/28.2	93/111.6	394
Хлеб пшеничный	30/40	2.37/3.95	0.3/0.5	14.49/24.15	71/118	
Хлеб ржаной	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	№ рецептуры
		белки	жиры	углевод		
Кондитерское изделие	50/70	1.7/2.4	1/1.4	27.7/38.85	126.9/177.7	
Молоко кипяченое	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.
Кротова Н.И.
Дронова О.В.