

муниципальное казенное
дошкольное образовательное
учреждение
"Детский сад №133"
города Кирова



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий *(подпись)* (Кудрина Н.Н.)

13.03.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.03.2024						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	11,16	10,18	17,55	220,03
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	30	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		375.00	15.00	17.00	58.12	384.60
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	180	0,9	0,18	17,82	77,4
Итого за завтрак 2		180.00	0.90	0.18	17.82	77.40
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ 'ЗДОРОВЬЕ'	40	0,64	1,36	2,72	24,8
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,65	4,99	7,69	107,84
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,14	77,26
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	60	8,1	11,5	0	142,69
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,23	0,32	16,16	78,4
Итого за обед		620.00	18.22	20.63	46.41	469.69
Полдник	КЕФИР	180	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		210.00	5.42	0.18	31.01	152.05
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	40	0,46	2,05	2,11	25,35
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120	3,12	4,4	31,28	101,12
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60	5,32	1,2	2,92	58,05
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЯБЛОКО	130	0,52	0,52	12,74	61,1
Итого за ужин 1		590.00	11.50	9.61	75.72	374.02
Итого за день		1978.00	51.04	47.60	229.08	1457.76

муниципальное казенное
дошкольное образовательное
учреждение
"Детский сад №133"
города Кирова



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Кудрина Н.Н.)
13.03.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.03.2024						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	12,88	11,75	20,25	253,88
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ гр1 1 порция	150	9,46	9,12	20,31	232,14
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	30	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,22
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр1 1 порция	18	1,42	0,25	14,74	66,96
Итого за завтрак 1		583.00	27.60	27.94	96.85	721.47
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ `ЗДОРОВЬЕ`	60	0,96	2,04	4,08	37,2
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	5,17	5,54	8,54	119,82
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	60	10,8	15,33	0	190,25
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,79	0,4	20,2	98
Итого за обед		680.00	22.97	26.39	55.19	580.55
Полдник	КЕФИР	200	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
	ЧАЙ С САХАРОМ гр7 1 порция	200	0	0	9,78	39,22
	ПЕЧЕНЬЕ безглютеновое гр1 1 порция	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		460.00	6.05	0.20	65.41	293.76
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0,69	3,07	3,16	38,02
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	7,1	1,6	3,9	77,4
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
	БАТОН	50	3	0,5	25,7	119
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр1 1 порция	18	1,42	0,25	14,74	66,96
	ЯБЛОКО	130	0,52	0,52	12,74	61,1
Итого за ужин 1		698.00	16.91	12.58	110.59	545.88
Итого за день		2626.00	74.53	67.31	347.84	2227.66