

Утверждено:

Башаева М.Р.

" " 2023г.

20 День

<b>Меню для детей в ДОУ возраст от 1-3 лет</b>						
<b>на _____ 2023г.</b>						
Наименование блюда	Химический состав					№ рецептур ы
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
<b>Завтрак</b>						
Суп молочный с крупой	150	4,1	4,9	15,4	122	№164-2013
Бутерброд с сыром	20/10	4,2	2,6	9,9	80	№3-2004
Чай с молоком	180	2,5	2,2	10,2	71	№495-2013
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>360</b>	<b>10,8</b>	<b>9,7</b>	<b>35,5</b>	<b>273</b>	
<b>Второй завтрак</b>						
Сок	100	0,2	0,0	17,3	70	№518-2013
<b>Итого за второй завтрак:</b>	<b>100</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>17,3</b>	<b>70</b>	
<b>Обед</b>						
Салат картофельный с огурцами	40	0,7	3,0	5,9	53	№75-2013
Уха рыбацкая	150/50	5,1	5,2	12,6	118	№30/2-2011
Биточки рубленые из птицы припущенные	60	6,8	7,3	4,5	111	№498-2004
Капуста тушеная	120	3,5	4,9	12,2	107	№423-2004
Компот из изюма	150	0,2	0,0	12,8	52	№638-2004
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19	
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	52	
<b>Итого за обед:</b>	<b>570</b>	<b>17,2</b>	<b>20,9</b>	<b>63,7</b>	<b>511,7</b>	
<b>Уплотненный полдник</b>						
Пюре картофельное	120	2,4	3,5	15,1	102	№520-2004
Булочка "Российская"	80	2,8	5,9	35,7	207	№755-2004
Чай с сахаром	180	0,1	0,0	10,6	43	№685-2004
<b>Итого за полдник:</b>	<b>430</b>	<b>10,9</b>	<b>15,8</b>	<b>63,0</b>	<b>437,8</b>	
<b>ИТОГО:</b>	<b>1460</b>	<b>39</b>	<b>46</b>	<b>180</b>	<b>1292</b>	

Мед. Работник \_\_\_\_\_