

Утверждено:

Башаева М.Р.

" "

2023г.

14 День

Меню для детей в ДОУ возраст от 3-7 летна **2023г.**

Наименование блюда	Химический состав					№ рецепту ры
	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл. г	ЭЦ, ккал	
Завтрак						
Запеканка из творога	130	11,4	7,3	12,5	161	№313-2013
Соус молочный сладкий	50	1,3	2,7	6,9	57	№440-2013
Бутерброд с сыром	20/10	4,2	2,6	9,9	80	№3-2004
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004
Итого за завтрак	410	17,0	12,6	41,9	349,0	
Второй завтрак						
Сок	100	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013
Итого за второй завтрак:	100	0,5	0,2	21,8	91	
Обед						
Пюре из цветной капусты	50	0,4	3,1	2,6	40	№679-2002
Борщ с мелкошинкованными овощами с курицей и сметаной	180/15/5	4,2	4,9	8,8	96	№1.78/199 5
Котлеты по-хлыновски	70	7,7	8,8	9,8	149	№454-2004
Овощи, запеченные с яйцом	130	5,5	6,1	17,2	146	№7.55- 1995
Сок	200	0,4	0,0	16,3	67	№518-2013
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	58	
Хлеб ржаной	50	1,1	0,7	18,9	86	
Итого за обед:	650	19,9	23,9	86,8	641,9	
Уплотненный полдник						
Плов вегитарианский с сухофруктами	150	3,5	3,8	51,4	254	№271-2013
Блинчики с повидлом	50/20	2,1	3,1	31,0	160	№531-2013
Молоко питьевое кипяченое	200	5,8	6,4	9,4	118	№260-2001
Фрукт	100	0,1	0,2	5,7	25	№458-2006
Итого за полдник:	520	12,0	14,0	98,0	558	
ИТОГО:	1435	49,4	50,7	248,5	1639,9	

Мед. Работник _____