



МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ МАДОУ №1 \"Детский сад Будущего\" В ВОЗРАСТЕ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 10 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ, В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	С, мг	Na, мг	Cl, мг		
Завтрак																				
КАША \"ДРУЖБА\"	150	1,7	2,7	17,5	101,3	0,00	0,03	0,01	0,01	0,05	9,02	33,52	12,25	0,35	29,71	0,53	0,00	0,01	190	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2	0,1	16,1	64,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,38	8,60	4,30	1,08	0,00	0,00	0,00	0,00	430	2008
БАТОН	30	2,3	0,9	15,0	77,7	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	6,90	25,50	9,90	0,60	30,30	1,08	0,00	0,00		2008
СЫР (КОРЖИКИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	0,07	0,00	0,03	0,03	0,00	88,05	50,00	3,50	0,10	1,80	0,00	0,00	0,00	14	2008
МАСЛО (КОРЖИКИ)	10	0,1	8,3	0,1	75,0	0,00	0,00	0,00	0,07	0,00	1,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13	2008
Итого за прием пищи:	415	6,7	15,0	48,7	354,9	0,07	0,08	0,05	0,12	0,05	109,96	119,62	29,95	2,12	77,61	1,61	0,00	0,01		
II Завтрак																				
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,3	0,1	9,9	43,0	2,00	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008
Итого за прием пищи:	100	0,5	0,1	9,9	43,0	2,00	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00		
Обед																				
САЛАТ ОВОЩНОЙ: картофель отварной, яйца отварные, зеленый горошек, растительное масло	60	1,6	7,0	2,7	80,0	2,46	0,02	0,04	0,03	0,18	10,68	26,31	6,11	0,38	64,81	2,15	0,00	0,01	46	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	2,9	2,0	14,4	87,1	5,76	0,08	0,00	0,14	0,00	16,56	46,09	18,00	0,72	0,00	0,00	0,00	0,00	100	2008
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,8	4,2	27,1	185,4	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	9,53	31,18	6,06	0,69	0,00	0,00	0,00	0,00	331	2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	23,2	92,9	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,94	0,00	1,89	0,00	1,39	0,00	0,00	0,00	402	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	9,00	43,50	9,50	2,00	60,00	2,60	0,00	0,00		2008
ХЛЕБ ВИТАМИННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51,0	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	4,50	21,75	4,75	1,00	34,00	1,40	0,00	0,00		2008
ПЕЧЕНЬ ПО СТРОГОМОНОВИ	70	10,1	7,2	1,5	122,1	7,42	0,11	0,97	3,54	0,00	6,24	144,11	8,70	3,19	119,50	3,00	0,02	0,10	278	2012
Итого за прием пищи:	715	24,2	21,8	100,7	791,9	15,70	0,40	0,97	3,74	0,18	65,44	312,94	55,02	7,96	357,71	9,95	0,02	0,12		
Полдник																				
ВАФЛИ	50	1,4	1,7	38,7	177,0	0,00	0,02	0,02	0,00	0,00	6,00	19,00	5,00	0,75	70,00	0,00	0,00	0,00		2008
ХЛЕБ ВИТАМИННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51,0	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	4,50	21,75	4,75	1,00	34,00	1,40	0,00	0,00		2008
ЧАЙ С САХАРОМ	150/15	0,2	0,1	12,4	49,9	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,13	6,60	3,30	0,83	0,00	0,00	0,00	0,00	430	2008
КАША ГРЕНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	11,4	8,2	51,7	335,3	0,00	0,28	0,00	0,05	0,00	24,61	270,70	161,49	6,15	0,00	0,00	0,00	0,00	161	2008
Итого за прием пищи:	440	14,6	11,2	113,3	612,9	0,00	0,34	0,04	0,05	0,00	41,24	317,65	194,54	8,73	104,00	1,40	0,00	0,00		
Всего за день:		46,0	47,3	272,7	1714,2	17,77	0,84	1,00	3,91	0,22	223,67	756,62	283,52	20,23	539,52	12,96	0,03	0,13		

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 659210494418358846796125042851991573012135821284

Владелец Алёшкина Наталья Николаевна

Действителен с 13.11.2024 по 13.11.2025