КОПИЯ ВЕРНА
ЗАВЕДУЮЩИЙ МДОУ «ДС№7»

№ рец. Сб. 2010 г	Наименование блюда	Масса порции гр	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал.	Минеральные вещества мг.				Витамины мг.				№ рецептуры	№ сборника рец.
			Белки,г.	Жиры,г.	Углеводы,г		Ca	Mg	P	Fe	B1	B2	PP	C		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
День: Пятница																
Неделя: вторая																
Сезон: Зима-Весна																
	ЗАВТРАК															
4.2	Каша молочная жидкая ячневая	1/180	3,8	52,8	29,81	139,5	32,4	19,62	145,32	0,73	0,07	0,02	0,91	0	182	2010
4	Сыр российский порционно	1/10	0,32	2,96	0	36	88	3,5	50	1	0	0,03	0,02	0,07	7	2010
4.14	Чай с сахаром и лимоном	180/9/5	0,09	0,01	9,5	38,7	12,53	1,73	3,2	0,28	0	0	0,03	0,01	412	2010
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/40	3,16	0,4	19,3	93,28	9,2	13,2	34,8	0,8	0,064	0,024	6,4	0	1	
	Итого за завтрак	**430**	**7,37**	**56,17**	**58,61**	**307,48**	**142,13**	**38,05**	**233,32**	**2,81**	**0,134**	**0,074**	**7,36**	**0,08**		
	ОБЕД															
4.2	Суп картофельный с горохом	1/200	3,2	2,1	16,2	95	30,47	28,24	69,75	1,63	0,19	0,05	0,92	13,5		2019
4.4	Макароны с овощами	1/120	3,72	3,34	26,2	149,6	1,2	15,72	128	0,73	0,04	0,02	0,73	0	179	2010
	Фрикадельки из филе Цыпленка Бройлера со сливочным маслом	1/60/5	15,6	24,1	0,7	254,4									2,5	2,13
4.14	Сок яблочный	1/180	0,45	0	8,9	28	6,3	3,6	6,3	1,26	0,01	0,01	0,09	1,8	418	2010
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/40	3,16	0,4	19,3	93,28	9,2	13,2	34,8	0,8	0,064	0,024	6,4	0	1	
	Хлеб ржаной	1/30	1,98	0,4	0,36	52,2	10,5	14,1	47,4	1,17	0,05	0,02	0,21	0	1	2016
	Итого за обед	**690**	**28,11**	**30,34**	**71,66**	**672,48**	**57,67**	**74,86**	**286,25**	**5,59**	**0,354**	**0,124**	**8,35**	**15,3**		
	ПОЛДНИК															
4.15	Пряник	1/40	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2010
4.14	Молоко кипяченое	1/180	0,08	0,08	21,73	88	12,8	1,8	2,2	0,51	0,005	0,004	0,06	1,4	172	2011
	Итого за полдник	**300**	**0,08**	**0,08**	**21,73**	**88**	**12,8**	**1,8**	**2,2**	**0,51**	**0,005**	**0,004**	**0,06**	**1,4**		
	Ужин															
4,4	**Суп молочный с рисовой крупой**	**1/180**	**2,74**	**0,4**	**33,23**	**147,6**	**4,24**	**19,62**	**58,92**	**0,41**	**0,023**	**0,011**	**0,54**	**0**	182	2010
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/40	3,16	0,4	19,3	93,28	9,2	13,2	34,8	0,8	0,064	0,024	6,4	0	1	
4.14	Чай с сахаром	180/9	0,05	0,01	9,32	37,3	10,66	1,2	2,13	0,25	0	0	0,027	0,027	411	2010
	Итого за ужин	**380**	**2,79**	**0,41**	**42,55**	**184,9**	**14,9**	**20,82**	**61,05**	**0,66**	**0,023**	**0,011**	**0,567**	**0,027**		
	Итого за день	**2025**	**42,92**	**72,42**	**253,74**	**1358,95**	**490,97**	**246,82**	**922,05**	**11,49**	**0,971**	**0,679**	**23,88**	**30,377**		

Основание: Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2,3/2,4,3590-20

Меню подготовил: Инженер- технолог МУ "БЦ ООО" Н.В. Белых

АДМИНИСТРАЦИЯ БЛАГОДАРНЕНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ · МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ · ДЕТСКИЙ САД № 7 · ИНН 2605011220 ОГРН 1022602420345
МДОУ «ДС № 7»