

Заведующий


МЕНЮ на 3 марта (ранний возраст)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Ж	Б	У	
завтрак	каши овсяная	150	5,68	5,1	26,5	171,15
	кисель фруктовый	150			10	38,0
	сах	30	0,87	2,32	14,9	78,6
	с маслом	5	4,13	0,03	0,05	37,4
Итого за завтрак:			10,68	7,45	51,45	325,15
обед	котлеты мясные	150	4,16	6,62	19,23	135,0
	картофель, запеч.	70	13,06	12,18	5,91	188,56
	с киселем фруктовым	110	3,78	5,06	24,87	156,09
	сах	20	0,24	1,32	6,8	32,12
	компот	150		0,45	19,9	78,1
Итого за обед:			21,24	22,63	71,71	595,87
Полдник	чай фруктовый	150			11,5	46,0
ужин	суп овощной	30	1,03	0,59	3,5	26,72
	суп пюре	120	5,45	2,67	16,13	125,4
	сах	10	0,12	0,76	3,42	19,06
	чай	150			12,0	45,5
	булочка	50	2,8	3,9	21,8	152,0
Итого за ужин:			9,4	7,92	61,85	368,68
Итого за день:			41,32	43,0	201,51	1335,7

Повар _____

Кладовщик о/н

Заведующий

УМ

Утверждаю:

М.В. Устинова

МЕНЮ на 3 марта (дошкольный возраст)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Ж	Б	У	
завтрак	кисель	200	7,58	6,2	35,4	218,2
	квашенный капуста	200			12,0	45,36
	др	40	1,16	2,96	20,56	104,0
	с маслом	7	8,26	0,1	0,1	70,9
2-й завтрак	капуста тушеная	200			18,0	75,0
Итого за завтрак:			12,0	9,86	86,06	523,46
обед	отварная говядина	200	4,1	7,7	15,96	119,12
	коблета, мяс.	80	16,56	16,03	5,91	235,84
	кисель	120	3,95	5,69	27,98	173,3
	чх	20	0,24	1,32	6,8	38,12
	компот	200		0,45	21,9	85,6
Итого за обед:			24,85	31,2	78,55	651,98
ужин	отварная говядина	40	2,05	0,94	4,82	41,66
	скар. порк	130	5,49	2,89	12,78	139,4
	чх	20	0,24	1,32	6,84	38,1
	чай	200			14,97	56,1
	булочки	50	2,8	3,9	26,8	152,0
Итого за ужин:			10,58	9,05	71,19	419,26
Итого за день:			52,43	50,11	235,8	1594,7

Повар _____

Кладовщик *УМ* _____