

Заведующий

Утверждаю:
М.В. УстиноваМЕНЮ на 5 марта (ранний возраст)

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность |
|--------------------------|----------------------------|-----------|------------------|-------|--------|-------------------------|
| | | | Ж | Б | У | |
| завтрак | каша манная | 150 | 6,77 | 5,21 | 21,29 | 159,96 |
| | кофе с сахаром и сливками | 150 | 2,4 | 2,1 | 14,76 | 85,5 |
| | сахар | 30 | 0,87 | 2,32 | 14,9 | 78,5 |
| | с маслом | 5 | 4,13 | 0,03 | 0,05 | 37,4 |
| Итого за завтрак: | | | 14,17 | 9,66 | 51,0 | 361,0 |
| обед | суп из горошка | 40 | 1,08 | 1,35 | 1,35 | 28,4 |
| | суп из картофеля и капусты | 150 | 3,29 | 3,76 | 11,24 | 86,86 |
| | кнели из мяса | 110 | 9,07 | 10,78 | 29,28 | 249,31 |
| | сахар | 20 | 0,24 | 1,32 | 6,84 | 38,13 |
| | компот | 150 | | 0,45 | 19,9 | 78,1 |
| Итого за обед: | | | 13,68 | 17,66 | 68,61 | 480,8 |
| Полдник | репешка | 125 | 5,2 | 3,9 | 5,2 | 83,2 |
| ужин | омлет | 110 | 11,44 | 3,18 | 50,9 | 158,99 |
| | сахар | 10 | 0,12 | 0,66 | 3,4 | 19,06 |
| | чай | 150 | | | 11,22 | 42,07 |
| Итого за ужин: | | | 11,56 | 9,84 | 19,71 | 220,07 |
| Итого за день: | | | 44,61 | 41,06 | 144,52 | 1145,07 |

Повар

авт

Кладовщик

ор

Заведующий

Утверждаю:

М.В. Устинова

МЕНЮ на 5 марта (дошкольный возраст)

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность |
|--------------------------|-------------------------|-----------|------------------|-------|--------|-------------------------|
| | | | Ж | Б | У | |
| завтрак | каша манная | 200 | 9,13 | 6,29 | 25,02 | 209,0 |
| | хлебост. каша с яблоком | 200 | 3,2 | 2,8 | 19,67 | 114,0 |
| | яч | 40 | 4,16 | 2,96 | 20,56 | 104,0 |
| | с маслом | 7 | 8,26 | 0,1 | 0,1 | 70,9 |
| 2-й завтрак | бутерброд | 150 | 6,0 | 4,5 | 6,0 | 96,0 |
| Итого за завтрак: | | | 22,75 | 16,65 | 72,95 | 543,9 |
| обед | ст. чш горохика | 40 | 1,08 | 1,35 | 1,35 | 28,4 |
| | ст. пюре говяд. | 200 | 4,38 | 5,01 | 14,98 | 115,82 |
| | пюре бека с маслом | 130 | 10,34 | 11,81 | 35,65 | 286,0 |
| | яч | 20 | 0,24 | 1,32 | 6,84 | 38,1 |
| | ком. мор. | 200 | | 0,45 | 21,9 | 85,6 |
| Итого за обед: | | | 16,04 | 19,94 | 80,72 | 553,92 |
| ужин | омлет | 110 | 11,44 | 9,18 | 5,09 | 158,94 |
| | яч | 20 | 0,24 | 1,32 | 6,8 | 38,12 |
| | яч | 200 | | | 14,97 | 56,1 |
| Итого за ужин: | | | 11,68 | 10,5 | 26,86 | 253,16 |
| Итого за день: | | | 55,47 | 47,09 | 125,53 | 1400,98 |

Повар

Кладовщик