

Заведующий

Утверждаю:

М.В. Устинова

МЕНЮ на 18 марта (ранний возраст)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Ж	Б	У	
завтрак	хаша	150	6,7	0,54	22,79	197,4
	творож. каша	150			10,0	32,0
	с маслом	30	0,87	2,32	14,9	28,6
	с маслом	5	4,13	0,03	0,05	37,4
Итого за завтрак:			11,7	8,89	52,74	351,4
обед	бульон с мясом, овощи	150	6,06	6,54	10,07	110,05
	с картофелем	70	10,47	12,17		142,7
	с картош. пюре	120	5,45	2,67	16,13	125,4
	с картош.	20	0,24	1,32	6,8	38,12
	ком. суп			0,45	19,9	28,1
Итого за обед:			22,22	23,62	52,9	494,37
Полдник/ пастिला		100	2,8	4,9	30,4	149,0
ужин	омлетт	110	11,44	9,18	5,09	158,99
	с картош.	10	0,12	0,66	3,9	19,06
	с картош.	150			4,22	42,07
Итого за ужин:			11,56	9,84	19,71	220,07
Итого за день:			45,48	42,31	155,25	1214,84

Повар

Кладовщик

Заведующий

Утверждаю:

М.В. Устинова

МЕНЮ на 18 марта (дошкольный возраст)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Ж	Б	У	
завтрак	каша манная	200	8.3	2.12	31.16	229.2
	масло сливочное	200			12.0	45.36
	сир	40	1.16	2.96	20.56	104.0
	с маслом	7	8.26	0.1	0.1	70.9
2-й завтрак	паста	1шт	2.8	4.9	32.4	149.0
Итого за завтрак:			20.52	15.08	94.22	598.96
обед	борщ со сметаной	200	3.02	2.49	12.75	144.0
	белокочанная капуста	80	14.4	16.74	-	196.2
	с картошкой	130	5.49	2.89	12.76	131.4
	сир	20	0.24	1.32	6.8	38.12
	картофель			0.45	21.9	85.6
Итого за обед:			22.15	23.89	59.21	595.32
ужин	омлет	100	11.44	9.16	5.09	158.94
	сир	20	0.24	1.32	6.8	38.12
	чай	200			14.98	56.1
Итого за ужин:			12.68	10.5	26.86	253.16
Итого за день:			55.35	54.47	180.29	1447.44

Повар

Кладовщик