

УТВЕРЖДАЮ:
 Заведующий МБДОУ - Д/с "Солнышко" с. Березовка
 С. В. Кудрявцева

смена питания	Неделя 2 пятидневное меню	вес карты №	млоч. банка (3-7.3.)	банка (2-3.1.)	шпательные изделия					заправка (жир) (3-7.4.)	на жир (банка) (2-3.1.)	
					Б (2-3.1.)	Ж (3-7.1.)	Ж (2-3.1.)	У (2-3.1.)	У (2-3.1.)			
завтрак	1. Пуллинг творожный с студийным молоком	40	150/25	130/25	10,46	9,33	10,09	9,8	22,11	17,55	183,00	171,00
	2. Хлеб пшеничный с маслом, сыр	70	40/5/6	30/3/4	4,3	1,84	5,92	5,66	18,04	10,97	146,60	102,00
	3. Какао на молоке	1	180	180	3,67	3,15	3,19	2,72	15,82	12,96	107,00	89,00
всего завтрак			406	372	18,43	14,32	19,2	18,18	55,97	41,48	436,60	362,00
всего завтрак	1. Фрукты	65	100	100	0,6	0,6	0,6	0,6	14,7	14,7	70,30	70,30
	2. Заправка		100	100	0,6	0,6	0,6	0,6	14,7	14,7	70,30	70,30
обед	1. Салат из моркови и яблок	66	50	30	0,53	0,28	3,34	1,74	5,01	2,62	52,30	27,30
	2. Свекляник со сметаной (курица)	41	180	150	1,92	1,15	6,33	3,8	10,05	7,47	104,12	62,49
	3. Суфле из мяса (говядина)	43	70	60	7,3	6,2	11,03	6,40	2,14	1,84	110,00	100,00
всего обед	4. Капустя тушеная	54	150	120	3,98	3,13	7,42	5,56	18,98	14,38	158,00	120,00
	5. Хлеб ржаной	7	50	40	2,34	1,56	0,54	0,36	19,93	13,29	96,00	62,40
	6. Сок	63	200	200	1,00	1,00	0	0	20,20	20,20	84,80	84,80
		700	600	17,07	13,32	28,66	17,86	76,31	59,8	605,22	456,99	
		44	70	50	4,42	3,6	1,58	0,99	41,7	26,11	211,00	132,00
Полдник	1. Домашняя булочка	64	180	150	5,22	4,35	4,5	3,75	7,5	6,3	92,00	76,00
	2. Кисломолочный напиток											
всего полдник			250	200	9,64	7,95	6,08	4,74	49,2	32,41	303,00	208,00
Ужин	1. Каша молочная геркулесовая с маслом	45	200	150	5,39	4,05	6,38	5,69	27,13	20,36	187,00	149,00
	2. Хлеб пшеничный	7	50	50	3,19	2,13	0,49	0,33	20,43	13,92	103,00	68,70
	5. Компот из фруктов +С	5	200	200	0,44	0,4	0	0	23,89	21,81	97,00	91,00
Всего ужина			450	400	9,02	6,58	6,87	6,02	71,45	56,09	387,00	308,70
Всего за день			1906	1672	54,76	42,77	61,41	47,40	267,63	204,48	1802,12	1405,99