

Утверждаю:

Директор МУП «База общепита»

(должность)

Барина Л.М.

(ФИО)

(дата)



Согласованно:

Зинченко
А.В. Мокеев
Тантево
31.08.2023

(должность)

(ФИО)

(дата)



Примерное меню

для детей в 1 возрастной группе с 1-3 лет
дошкольного образования

2023-2024г.г.

День 19																					
№100 2016	ЗАВТРАК	Вермишель молочная	150	4,53	4,53	15,10	119,35	0,045	0,15	0,63	0,375	133,365	0,015	15,21	0,06	153,375	95,745	0,015	0	0,06	8,40
№15 2005	ЗАВТРАК	Сыр Российский	10	2,40	2,50	0,00	32,10	0,01	0,009	0,03	0,061	6,942	0,002	2,407	0,006	5,86	9,273	0,001	0	0,005	1,08
№414 2016	ЗАВТРАК	Кофейный напиток	150	2,49	2,73	9,86	73,32	0,03	0,12	0,45	0,09	94,23	0,015	11,4	0,045	75,18	67,5	0	0	0,105	6,60
484	ЗАВТРАК	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,033	0,009	0	0,36	5,7	0	3,9	0	27,6	19,5	0	0	0	2,05
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			340	11,67	10,63	40,38	303,37	0,118	0,288	1,11	0,886	240,237	0,032	32,917	0,111	262,015	192,018	0,016	0	0,17	18,13
гот. блюдо	ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие (яблоко, груша, киви, мандарин, апельсин, персик, абрикос, банан)	150	0,60	0,00	14,70	66,00	0,09	0,045	57	0,15	52,5	0	16,5	0	45	25,5	0	0	0	0,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			150	0,6	0	14,7	66	0,09	0,045	57	0,15	52,5	0	16,5	0	45	25,5	0	0	0	0,00
№82 2005	ОБЕД	Борщ из свежей капусты с говядиной и сметаной	150/12/5	3,35	4,10	6,78	77,59	0	0,001	0,128	0,011	0,486	0	0,15	0	1,892	0,354	0	0	0	3,36
Акт прор.	ОБЕД	Рис с овощами	110	2,63	6,41	25,02	168,85	0,044	0,033	31,317	0,451	6,523	0,044	18,051	0	86,867	53,152	0	0	0,022	2,31
№299 2016	ОБЕД	Котлеты, Биточки, Шницели из говядины	50	6,01	6,84	4,66	102,38	0,02	0	0,5	0,215	4,49	0	0,755	0	8,775	3,09	0	0	0	3,72
№388 2005	ОБЕД	Напиток из плодов шиповника	150	0,12	0,06	9,99	39,72	0	0,015	48,75	0,12	9,105	0,03	2,1	0	1,98	0,6	0	0	0,15	0,57
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012	1,80
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			490	14,09	17,77	56,47	440,74	0,124	0,073	80,695	1,697	31,104	0,074	35,156	0	128,914	104,596	0,003	0	0,184	11,76
№251 2016	ПОЛДНИК	Запеканка творожная	100/30	19,58	14,54	21,23	291,32	0,003	0,012	0,018	0,023	5,596	0,003	0,789	0,005	4,069	7,376	0	0	0	3,06
№419 2016	ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	150	4,35	4,80	7,05	90,00	0,06	0,225	0,9	0,15	180	0,03	21	0,075	150	135	0,015	0	0,03	11,58
484-1	ПОЛДНИК	Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,022	0,006	0	0,24	3,8	0	2,6	0	18,4	13	0	0	0	1,36
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			270	25,43	19,92	38,56	433,72	0,085	0,243	0,918	0,413	189,396	0,033	24,389	0,08	172,469	155,376	0,015	0	0,03	16,00
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1250	51,79	48,32	150,11	1243,83	0,417	0,649	139,723	3,146	513,237	0,139	108,962	0,191	606,398	477,49	0,034	0	0,384	45,89
День 20																					
Ат прораб	ЗАВТРАК	Омлет натуральный	100	5,34	6,59	1,89	89,57	0,06	0,35	0,2	1,72	78,55	0,18	12,72	0,02	126,69	158,19	0,02	0,02	0,04	44,71
2005	ЗАВТРАК	Масло сливочное	5	0,04	3,62	0,06	33,05	0	0,006	0	0,01	1,2	0,022	0,02	0,065	1,5	1,5	0	0	0	0,00
№416 2016	ЗАВТРАК	Какао с молоком	150	2,76	2,86	10,02	76,57	0,03	0,12	0,495	0,435	103,8	0,015	18,525	0,045	105,315	84,075	0	0	0,075	7,62
484	ЗАВТРАК	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,033	0,009	0	0,36	5,7	0	3,9	0	27,6	19,5	0	0	0	2,05
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			285	10,39	13,94	27,39	277,79	0,123	0,485	0,695	2,525	189,25	0,217	35,165	0,13	261,105	263,265	0,02	0,02	0,115	54,38
№389 2005	ЗАВТРАК 2	Сок натуральный	150	0,75	0,00	15,15	63,33	0,015	0,015	3	2,1	10,5	0	6	0	180	10,5	0	0	0,015	9,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			150	0,75	0	15,15	63,33	0,015	0,015	3	2,1	10,5	0	6	0	180	10,5	0	0	0,015	9,00
№88 2005	ОБЕД	Щи рыбные	150/16	3,72	3,20	5,52	66,28	0,003	0,004	0,722	0,037	1,691	0	0,996	0	7,072	3,283	0,002	0	0,006	12,65
№71 2005	ОБЕД	Овощи сезонные	40	0,28	0,06	1,34	6,78	0,036	0,04	11	0,58	8,6	0,04	6,8	0	86,2	13,6	0	0	0,008	7,57
№339 2016	ОБЕД	Картофельное пюре	110	2,43	3,19	16,20	103,53	0,121	0,099	10,439	0,88	32,329	0,011	24,112	0,011	254,276	70,367	0,011	0	0,033	8,28
Акт прор.	ОБЕД	АЗУ из сердца говяжьего	50	6,78	3,92	3,12	72,39	0,16	0,31	3,97	2,095	8,715	0,01	11,49	0	129,23	89,99	0,005	0,01	0,02	2,48
№342 № 343	ОБЕД	Компот из ягод/плодов быстрозамороженных	150	0,00	0,00	8,31	31,55	0	0	0	0,03	6,06	0	1,29	0	0,255	0	0	0	0,135	0,57
481	ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,06	0,024	0	0,9	10,5	0	14,1	0	29,4	47,4	0,003	0	0,012	1,80
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			530	15,19	10,73	44,51	332,73	0,38	0,477	26,131	4,522	67,895	0,061	58,788	0,011	506,433	224,64	0,021	0,01	0,214	33,35
№695 1996	ПОЛДНИК	Ватрушка с творогом	75	7,28	4,10	24,38	165,13	0,142	0,217	0,352	0,548	49,29	0,03	7,027	0,022	43,065	63,81	0	0	0	3,68
№419 2016	ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	150	4,35	4,80	7,05	90,00	0,06	0,225	0,9	0,15	180	0,03	21	0,075	150	135	0,015	0	0,03	11,58
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			225	11,63	8,9	31,43	255,13	0,202	0,442	1,252	0,698	229,29	0,06	28,027	0,097	193,065	198,81	0,015	0	0,03	15,26
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1190	37,96	33,67	118,48	928,98	0,72	1,419	31,078	9,845	496,935	0,338	127,98	0,238	1140,603	697,215	0,056	0,03	0,374	111,99
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			25545	669,14	744,27	3103,7	21280,6	10,963	16,677	743,862	138,986	9583,705	3,817	2353,092	4,856	7612,025	10085,496	0,673	0,159	8,794	1495,7
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			1277,25	33,457	37,2135	155,185	1064,03	0,54815	0,83385	37,1931	6,9493	479,18525	0,19085	117,6546	0,2428	380,60125	504,2748	0,03365	0,00795	0,4397	74,785
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за плановый период в % от калорийности				14,83	30,78	55,42	22328,2	0,2	0,3	23,72	2,49	171,69	0,07	42,15	0,09	297,63	180,68	0,01	0	0,16	