

меню на 06.05.2021

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МАДОУ "Детский сад №66" г.Сыктывкара
Е.М.Славгородская

День 7															
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У						Б	Ж	У		
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	150	5	3	23	140	145,01	Завтрак	Каша манная	180	5	4	28	168	145,01
	Бутерброды с маслом	30	1	3	7	57	88		Бутерброд	40	1	4	9	76	88
	Какао с молоком	150	2		19	89	117		Какао с	180	2		23	106	117
	Яйцо вареное вкрутую	20	3	2		31	406		Яйцо	20	3	2		31	406
	Итого за Завтрак		11	8	49	317			Итого за Завтрак		11	10	60	381	
Завтрак второй	Кефир	150	4	3	6	71	146	Завтрак второй	Кефир	180	5	4	7	85	146
Итого за Завтрак второй			4	3	6	71		Итого за Завтрак второй			5	4	7	85	
Обед	Суп из овощей	150	2	5	9	91	39	Обед	Суп из	180	2	6	11	110	39
	Сердце в соусе	70	18	18	10	178	102,01		Сердце в	100	26	26	15	255	102,01
	Макароны отварные	120	4	4	25	150	76		Макароны	150	5	5	31	188	76
	Огурец соленый	20				3	416		Огурец	30			1	4	416
	Компот из сухофруктов	150			23	93	122		Компот из	180	1		27	112	122
	Хлеб ржаной	40	5	1	36	80	421		Хлеб	50	6	1	45	100	421
Итого за Обед			29	28	103	595		Итого за Обед			40	38	130	769	
Полдник	Котлета рыбная	60	7	3	11	96	172	Полдник	Котлета	80	10	4	14	128	172
	Картофель отварной	120	2	4	20	122	54		Картофель	150	2	5	26	153	54
	Соус томатный	40		2	2	24	116		Соус	50		2	3	30	116
	Чай с сахаром	180	5	1	6	23	132		Чай с	180	5	1	6	23	132
	Хлеб пшеничный	30	8	3	53	273	420		Хлеб	40	10	4	71	364	420
	Яблоки	100			10	45	140		Яблоки	100			10	45	140
Итого за Полдник			22	13	102	583		Итого за Полдник			27	16	130	743	
Итого за день			66	52	260	1566		Итого за день			83	68	327	1978	