

Менюготавливаемых блюд (Приложение N 8к СанПиН 2.3/2.4.3590-20)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
1 день							
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	150	4.6	6.6	20.1	159.1	190	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2.3	1.8	11.4	71.3	395	2012
ПЕЧЕНЬЕ	20	1.5	2.0	14.9	83.4		2008
Итого за прием пищи:	320	8.4	10.4	46.4	313.8		
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	0.0	0.0	0.0	0.0	399	2012
Итого за прием пищи:	200	0.0	0.0	0.0	0.0		
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0.2	0.0	0.8	4.2	к/к	к/к
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ	150/10	3.7	3.4	12.9	95.5	100	2008
ГУЛЯШ	40/60	11.9	12.9	2.8	175.2	259	2008
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	5.6	4.5	25.6	165.5	181	2008
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0.3	0.1	21.2	87.4	к/к	к/к
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.0	0.3	12.7	61.2		2008
Итого за прием пищи:	570	23.7	21.2	76.0	589.0		
МОЛОКО	180	5.3	4.6	8.8	99.0	434	2008
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ	50	3.7	4.9	18.9	135.0	451	2008
Итого за прием пищи:	230	9.0	9.5	27.7	234.0		
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	120	18.6	14.7	23.9	305.6	219	2008
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	20	1.4	1.6	10.8	63.6		
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	150	0.0	0.0	14.6	58.1	375	2012
Итого за прием пищи:	290	20.0	16.3	49.3	427.3		
Всего за день:		61.1	57.4	199.4	1 564.1		

МБДОУ "Детский сад №8 комбинированного вида" с. Вильгорт

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Пищевые		Витамины						Минеральные вещества							
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		Холестерин, мг	Крахмал, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	F, мг	Se, мг
Итого за весь	578,3	573,1	1986,8	15510,1	2 229.10	1 070.60	5.50	270.10	5.20	96.20	6.70	6.50	5 554.80	2 089.40	8 123.60	103.40	22 215.80	868.60	2.10	0.00
Среднее	57.8	57.3	198.7	1 551.0	222.90	107.10	0.60	27.00	0.50	9.60	0.70	0.70	555.50	208.90	812.40	10.30	2 221.60	86.90	0.20	0.00
Содержание белков, жиров,	14.9	33.3	51.8																	

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст	Завтрак	II	Обед	Полдник	Ужин
Ясли 12 часов	328	145	568	220	354

