

Муниципальное казенное
дошкольное образовательное
учреждение «Детский сад № 33»
города Кирова



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Бадахничева Л.А.)

17.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад Диета

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.01.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ НА ВОДЕ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	200	8,26	9,16	39,35	273,48
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ХЛЕБЦЫ (диета)	15	1.19	0.21	12.29	55.8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за завтрак 1		440.00	11,07	9,65	64,53	389,69
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,48	0	0,96	7,92
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ БЕЗ ДОБАВЛЕНИЯ СМЕТАНЫ, НА РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛЕ	198	2,16	3,44	13,44	93,6
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,16
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	5,63	20,8	6,51	227,63
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	ХЛЕБЦЫ (диета)	15	1.19	0.21	12.29	55.8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	Итого за обед		713.00	14,06	29,61	71,22
Полдник	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ПЕЧЕНЬЕ на стевии без глютена	30	3.09	6.03	13.23	119.4
Итого за полдник		210	3.2	6.06	13.27	120.22
Ужин 1	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый	58	1,8	0,2	4	24
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	155	3,91	5,0	40,92	282,09
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	ХЛЕБЦЫ (диета)	15	1.19	0.21	12.29	55.8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		428.00	8,13	5,6	66,05	401,9.
Итого за день		1896.00	37,46	51,32	224,87	1582,42
Среднее значение за период		1896.00	37,46	51,32	224,87	1582,42

Исполнитель: Медсестра (Рыболовлева Н. В.)

Шеф-повар: (Одегова Е. Н.)