МДОУ ИРМО «Уриковский детский сад комбинированного вида»

МЕНЮ 28 июля **2023**

День: 5

Сборник, № рецепта	Наименование блюда	Масса порции (грамм)	Калорийность порции	Б (г/сут)	Ж (г/сут)	У (г/сут)
Прием пищи	**Завтрак**					
Сб. Пермь 2001 № 91	Каша молочная пшеничная жидкая	1/150	159,03	3,10	2,87	30,20
Сб. Новосибирск 2021 № 54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	1/200	37,33	0,40	0,00	8,93
ПВ	Батон пшеничный в/с	1/30	78,30	2,25	0,90	15,30
Сб. Новосибирск 2021 № 54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	1/10	36,20	2,30	3,00	0,00
Итого завтрак			**310,86**	**8.05**	**6,77**	**54,43**
Прием пищи	**2 завтрак**					
ПВ	Фрукт свежий (мандарин)	1/100	35,00	0,80	0,20	7,50
Итого 2 завтрак			**35,00**	**0,80**	**0,20**	**7,50**
Прием пищи	**Обед**					
Сб. Новосибирск 2021 № 54-13з-2020	Салат из свеклы отварной	1/30	22,95	0.04	1,35	2,30
Сб. Пермь 2001 № 38	Суп картофельный с макаронными изделиями	1/200	19,86	0,45	0,46	3,48
Сб. Новосибирск 2021 № 54-11г-2020	Картофельное пюре	1/130	96,54	2,25	3,64	13,69
Сб. Новосибирск 2021 № 54-25м-2020	Курица отварная	1/70	58,91	10,20	1,66	0,79
ПВ	Сок фруктовый в ассортименте	1/130	56,29	0,65	0,13	13,13
ПВ	Хлеб ржаной	1/30	70,11	2,55	0,99	12,75
Итого обед			**324,66**	**16,14**	**8,23**	**46,14**
Прием пищи	**Полдник (уплотненный)**					
Сб. Новосибирск 2021 № 54-7т-2020	Творожно-пшенная запеканка	1/150	146,1	11,25	5,25	13,29
ПВ	Напиток витаминизированный «Витошка» в ассортименте	1/180	68,04	0,00	0,00	17,01
ПВ	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/30	90,93	2,10	2,73	14,49
Итого полдник			**305,07**	**13,35**	**7,98**	**44,79**
Прием пищи	**Ужин**					
ПВ	Вафли	1/30	101,34	6,22	6,37	4,68
Сб. Новосибирск 2021 № 54-4з-2020	Чай без сахара	1/200	1,20	0.20	0,00	0,10
Итого ужин			**102,54**	**6,42**	**6,37**	**4,78**
Итого за 1 день			**1078,13**	**44,76**	**29,55**	**157,64**

Заведующий _____ **Е.И. Брянская**