

СОГЛАСОВАНО
Руководитель дошкольного
образовательного учреждения № 58

" 20 " августа 2024г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор
ООО "Центр социального питания г.Березники"
Ю.М.Ернова

20 августа 2024г.

ПРИМЕРНОЕ 20-ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТСКИХ САДОВ (ЯСЛИ)

№ рецеп	1 день (понедельник)	выход	Пищевые вещества				Витамины		Минеральные в-ва	
			Б	Ж	У	К/кал	В 1	С	Ca	Fe
	Завтрак									
108*	Бутерброд с маслом сливочным на батоне	5/20	5,01	8,16	7,42	123,14	0,02	0,11	138,6	0,31
раз	Каша манная молочная с маслом сливочным	150	4,66	5,31	23,18	161,24	0,06	1,04	99,58	0,33
раз	Чай с сахаром	150	0	0	11,28	45,08	0	0	4,05	0,65
			9,67	13,47	41,88	329,46	0,08	1,15	242,23	1,29
	Обед									
168	Суп картофельный с рыбной консервой	150	5,74	3,24	7,52	83,93	0,06	4,29	54,71	0,74
раз	Шницель из свинины	50	7,6	8,4	4,1	126,3	0,07	0	7	0,9
табл	Каша гречневая вязкая	100	4,57	6,32	16,44	142,65	0,09	0,71	70,88	1,72
129	Икра кабачковая	20	0,24	0,94	1,54	15,6	0,01	2,88	9,6	0,24
раз	Компот из сухофруктов	150	0,24	0,15	16,4	67,93	0	0,21	6,34	5,38
124*	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,86	0,39	18,78	87,84	0,05	0	14,05	0,85
			21,25	19,44	64,78	524,25	0,28	8,09	162,58	9,83
	Полдник									
602*	Вафля	1 шт	1,24	0,4	15,42	69,6	0,02	0	2,2	0,14
249	Молоко кипяченое	150	4,28	4,78	7,56	90,1	0,02	0,38	150,64	0,13
			5,52	5,18	22,98	159,7	0,04	0,38	152,84	0,27
	Ужин									
раз	Рулет мясной паровой с яйцом	60	9,39	8,03	4,03	113,58	0,05	0	14,66	0,92
193	Макаронные изделия отварные	110	4,04	3,9	25,9	154,8	1,47	0	8,53	0,71
раз	Компот из свежих фруктов	150	0,36	0,53	10,55	45,51	0	1,95	11,14	0,33
122*	Хлеб пшеничный	30	2,15	0,29	14,1	65,88	0,04	0	10,54	0,64
			15,94	12,75	54,58	379,77	1,56	1,95	44,87	2,6
	Ужин дома с 19-00 до 20-00									
	Омлет с зеленым горошком и морковью	75	4,93	5,78	2,61	82,18	0,04	0,92	55,7	0,88
	Кисломолочный напиток	100	2,8	2,19	4,14	47,26	0,03	0,7	120	0,1
	Фрукты (Плоды свежие)	150	0,6	0,6	15,6	67,5	0,05	15	24	3,3
			8,33	8,33	8,33	8,33	8,33	8,33	8,33	8,33
Итого за день			60,71	59,17	192,55	1401,51	10,29	19,9	610,85	22,32

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 208044408491059958793522407239734469317027884103

Владелец Плещева Надежда Александровна

Действителен с 28.08.2024 по 28.08.2025