

Примерное двухнедельное меню расчёт для обучающихся МБДОУ детский сад "Непоседы" с. Бутырки Задонского муниципального района на 2024 год утверждённое приказом № 1 от 09.01.2024 года

Заведующей: Шкатулова

10 день

Приём пищи	Наименование блюда	Наименование продукта	Вес,г	Цена, руб/кг	Сумма	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Номер рецептуры	
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями 200 гр.	Вермишель	16	68	1,09	0,92	0,15	4,91	25,12	93	
		Молоко	150	60,68	9,10	4,8	6,87	7,8	90		
		Масло сливочное	2	582,2	1,16	0,01	2,65	0,02	14,96		
		Сахар	2	67,15	0,13	0	0	0,9	7,98		
	Хлеб пшеничный с сыром 30/15 гр.	Сыр	8	458,8	3,67	2,90	3,3	0	32,6		
		Хлеб пшеничный	30	119,4	3,58	3,60	2,1	25	78		
	Чай с сахаром 180 гр.	Чай заварка	0,5	633,3	0,32	0	0	0	0	392	
		Сахар	10	67,15	0,67	0	0	9,9	39,9		
	ИТОГО			218,5		19,73	12,23	15,07	48,53	288,56	
Второй	Яблоко 100 гр.	Яблоко	100	100	10,00	1,3	6	16,3	54		
ИТОГО			100		10,00	1,3	6	16,3	54		
Обед	Суп гороховый с гречками 250/20	Курица	25	248	6,20	6,17	3,14	0	54,75	81	
		Картофель	83	26,75	2,22	1,66	0,33	13,53	63,91		
		Лук	10	31,03	0,31	0,5	0	1,8	2,4		
		Морковь	16	27,82	0,45	2	0	5	5,1		
		Масло растительное	2	170,28	0,34	0	2	0	17,68		
		Хлеб пшеничный	20	119,4	2,39	2,4	1,4	16,67	52		
		Соль	2	18,15	0,04	0	0	0	0		
		Горох	20	70	1,40	1	0,04	1,66	11		
	Запеканка картофельная с курицей 165 гр.	Куриная грудка	50	288	14,40	11,8	0,95	0,2	56,5	291	
		Лук	13	31,03	0,40	0,1	0	5	2,4		
		Масло сливочное	3	582,2	1,75	0,01	3,48	0,02	22,44		
		Картофель	170	26,75	4,55	3,4	0,68	27,71	130,9		
		яйцо	0,15	11,88	1,77	0,01	0,01	0	0,22		
		молоко	20	60,68	1,21	0,64	1,65	1,04	12		
	Компот из	Сухофрукты	Соль	1	18,15	0,02	0	0	0	0	
				10	150	1,50	0,22	0,01	0,59	23,1	376

	сухофруктов 180 гр.	Сахар	10	67,15	0,67	0	0	9,9	39,9	
	Хлеб ржаной 40 гр.	Хлеб ржаной	40	79,6	3,18	3,5	0	22	84	148
		ИТОГО	495,15		42,80	33,41	13,69	105,12	578,3	
Полдник	Пирожок с повидлом 120 гр.	Яйцо	0,13	11,88	1,54	0,01	0,01	0	0,19	454
		Молоко	40	60,68	2,43	1,28	1,3	2,08	24	
		Масло сливочное	2	582,2	1,16	0,01	2,65	0,02	14,96	
		Сахар	3	67,15	0,20	0	0	4,5	19,95	
		дрожжи	0,0004	25	0,00	0	0	0	0	
		Мука	52	36	1,87	4,78	0,62	38,95	177,84	
		Повидло	20	195	3,90	0,08	0	8	78	
	Масло растительное	2	170,28	0,34	0,00	2	0	17,68		
	Какао на молоке 180 гр.	Молоко	90	60,68	5,46	2,88	3,92	4,68	54	397
		Какао	1,2	500	0,60	0,23	0,16	0,69	2,74	
Сахар		10	67,15	0,67	0	0	9,9	39,9		
		ИТОГО	220,33		18,18	9,27	10,66	68,82	429,26	
Итого			1033,98		90,71	56,21	45,42	238,77	1350,12	