

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

Заведующий: Д.А.Корова

9 день

Приём пищи	Наименование блюда	Наименование продукта	Вес,г	Цена, руб/кг	Сумма	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Номер рецептуры
Завтрак	Суп молочный рисовый 200 гр.	Крупа рисовая	15	90,75	1,36	0,99	0,09	11,89	54	43
		Молоко	150	60,68	9,10	4,80	4,87	7,8	90	
		Масло сливочное	3	582,2	1,75	0,01	2,48	0	22,44	
		Соль	1	18,15	0,02	0,00	0	0	0	
		Сахар	2	67,15	0,13	0,00	0	1,98	7,98	
	Хлеб пшеничный // с сыром 30/15 гр.	Сыр	8	458,8	3,67	2,90	2,3	0	32,6	
		Хлеб пшеничный	30	119,4	3,58	3,60	2,1	25	78	
	Какао на молоке 180 гр.	Какао	1,2	500	0,60	0,23	0,16	0,69	2,74	397
		Молоко	90	60,68	5,46	2,88	2,92	4,68	54	
		Сахар	10	67,15	0,67	0,00	0	9,9	39,9	
	ИТОГО		310,2		26,35	15,41	14,92	61,94	381,66	
Второй	Сок фруктовый 100	Сок	100	75	7,50	0,50	0,1	10,1	46	
	ИТОГО		100		7,50	0,50	0,1	10,1	46	
Обед	Свекольник со сметаной 250/5 гр.	Курица	20	248	4,96	4,94	2,51	0	43,8	98
		Свекла	84	26,75	2,25	0,00	0	8,1	36	
		Лук	20	31,03	0,62	0,50	0	1,8	2,4	
		Картофель	75	26,75	2,01	1,50	0,3	12,2	57,75	
		Морковь	20	27,82	0,56	2,00	0	5	5,1	
		Сметана	5	192,4	0,96	0,13	0,75	0,18	8,1	
		Масло сливочное	3	582,2	1,75	0,01	2,48	0,02	22,44	
		Соль	2	18,15	0,04	0,00	0	0	0	
		Томатная паста	2	180	0,36	0,02	0	0,07	0,4	
	Гуляш из курицы 70 гр.	Куриная грудка	60	288	17,28	14,16	1,14	0,24	67,8	277
		Мука	2	36	0,07	0,18	0,02	1,5	6,84	
		Морковь	20	27,82	0,56	7,00	0,9	5,1	26	
		Лук	18	31,03	0,56	0,10	0	5	2,4	
		Топатное пюре	3	180	0,54	0,03	0,01	0,11	0,6	
		Масло растительное	2	170,28	0,34	0,00	2	0	17,68	

		Соль	1	18,15	0,02	0,00	0	1	0	
	Каша гречневая 150 гр.	Крупа гречневая	38	79,2	3,01	4,79	0,99	25,84	125,02	313
		Соль	2	18,15	0,04	0,00	0	2	0	
		Масло сливочное	5	582,2	2,91	0,02	4,13	0,04	37,4	
	Компот из сухофруктов 180 гр.	Сухофрукты	10	150	1,50	0,22	0,01	0,59	23,1	376
		Сахар	10	67,15	0,67	0,00	0	9,9	39,9	
	Хлеб ржаной 40 гр.	Хлеб ржаной	40	79,6	3,18	3,50	0	22	84	148
		ИТОГО	442		44,17	39,10	15,24	100,69	606,73	
Полдник	Котлеты манные с молочным соусом 120/30 гр.	Яйцо	0,13	11,88	1,54	0,01	0,01	0	0,19	198
		Молоко	100	60,68	6,07	3,20	3,25	5,2	60	
		Масло сливочное	1	582,2	0,58	0,00	0,83	0,01	7,5	
		Сахар	4	67,15	0,27	0,00	0	3,96	15,96	
		Крупа манная	28	51,18	1,43	0,98	0	10,8	44,94	
		Мука	1,5	36	0,05	0,14	0,02	1,12	5,13	
		Масло растительное	4	170,28	0,68	0,00	4	0	35,36	
		<i>соус молочный</i>			0,00	0,00	0	0	0	
		молоко	30	60,68	1,82	0,96	0,97	1,56	18	
		Масло сливочное	1	582,2	0,58	0,00	16	0	37,4	
		мука	5	36	0,18	0,46	0,06	3,74	17,1	
		сахар	5	67,15	0,34	0	0	4,95	19,95	
		Лимон	5	210	1,05	0,04	0	0,15	0,8	393
		Чай с сахаром и <i>мандарином 180 гр</i>	Чай	0,5	633,6	0,32	0,00	0	0	0
		Сахар	10	67,15	0,67	0,00	0	9,9	39,9	
		ИТОГО	195,13		15,59	5,79	25,14	41,39	302,23	
Итого			1047,33		93,61	60,80	55,4	214,12	1336,62	