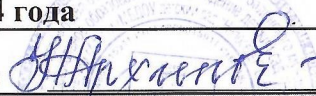


**Примерное двухнедельное меню расчёт для обучающихся МБДОУ детский сад "Непоседы" с. Бутырки Задонского
муниципального района на 2024 год утверждённое приказом № 1 от 09.01.2024 года**

Заведующая



5 день

Приём пищи	Наименование блюда	Наименование продукта	Вес,г	Цена, руб/кг	Сумма	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Номер рецептуры	
Завтрак	Суп молочный с гречкой 200гр.	Крупа гречка	16	79,2	1,27	2,14	0,44	11,56	52,64	66	
		Молоко	160	60,68	9,71	5,12	5,2	8,32	96		
		Масло сливочное	3	582,2	1,75	0,01	2,48	0,02	22,44		
		Сахар	2	67,15	0,13	0	0	1,98	7,98		
	Хлеб пшеничный с сыром 30/10 гр.	Сыр	8	458,8	3,67	2,9	2,3	0	32,6		
		Хлеб пшеничный	30	119,4	3,58	3,6	2,1	25	78		
	чай с сахаром 180 гр.	Чай заварка	0,5	633,6	0,32	0	0	0	0	392	
		Сахар	10	67,15	0,67	0	0	9,9	39,9		
	ИТОГО			229,5		21,10	13,77	12,52	56,78	329,56	
	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 рисовый со сметаной 250/5 гр.	Мясо цыплят	25	248	6,20	10,5	1	0	45	98	
		Картофель	125	26,75	3,34	2,5	0,5	20,37	96,25		
		Лук	17	31,03	0,53	0,5	0	1,8	2,4		
		Морковь	25	27,82	0,70	2	0	5	5,1		
		Масло сливочное	5	582,2	2,91	0,02	4,13	0,04	37,4		
		Сметана	5	192,4	0,96	0,13	0,75	0,18	8,1		
		Соль	2	18,15	0,04	0	0	0	0		
		Рис	8	90,75	0,73	0,9	0	8	29,2		
	Шницель рыбный 70 гр.	Рыба минтай	75	148,2	11,12	11,92	0,67	0	58	134	
		Яйцо	0,1	11,88	1,19	0,01	0,01	0	0,15		
		Лук	8	31,03	0,25	0,1	0	5	2,4		
		Хлеб пшеничный	12	119,4	1,43	1,44	0,84	10	31,2		
		Масло растительное	3	170,28	0,51	0	3	0	26,52		
		Молоко	10	60,68	0,61	0,32	0,32	0,52	6		
		Мука	5	36	0,18	0,46	0,06	3,74	17,1		
	Соль	1	18,15	0,02	0	0	1	0			
	Капуста тушеная	Капуста	238	26,75	6,37	3,05	0,24	13,8	59,5	132	

180 гр.	Лук	10	31,03	0,31	0	0	1,6	1,6		
	Томат	7	180	1,26	0,08	0,01	0,26	1,4		
	Морковь	10	27,82	0,28	0,1	0,01	0,69	3,2		
	Мука	2	36	0,07	0,18	0,02	1,5	6,84		
	Масло растительное	7	170,28	1,19	0	7	0	61,88		
	Компот из сухофруктов	Сухофрукты	10	150	1,50	0,22	0,01	0,59	23,1	376
	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			660,1		45,52	37,93	18,57	105,99	646,24	
Полдник	Ватрушка 120 гр.	Яйцо	0,1	11,88	1,19	0,01	0,01	0	0,15	458
		Молоко	40	60,68	2,43	1,28	1,3	1,36	24	
		Масло сливочное	2	582,2	1,16	0,01	1,65	0,02	14,96	
		Сахар	5,6	67,15	0,38	0	0	5,54	22,34	
		дрожжи	0,004	25	0,00	0	0	0	0	
		Мука	50	36	1,80	4,6	0,6	37,45	171	
		Творог	20	266,4	5,33	3,34	1,8	0,4	31,8	
	Масло растительное	1	170,28	0,17	0	1	0	8,84		
	Какао на молоке 180 гр.	Молоко	90	60,68	5,46	2,88	2,02	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			219,9		19,19	12,35	8,54	60,04	369,73	
Итого			1209,5		95,80	65,4	45,63	239,11	1399,53	