Утверждаю
Заведующий МКДОУ«Бродовс кой детс кий сад"
_____ Н.И. Ши ряева.
22 августа 2022г.

Примерное 2-х недельное меню МКДОУ "Бродовск кой детский сад"

	возрастная категория:	3-7л	2-3л	3-7л	2-3л	3-7л	2-3л	3-7л	2-3л	3-7л	2-3л	3-7л	2-3л
№ рец	Наименование изделий(блюд)	**Выход, г**		белки, г		жиры, г		углеводы, г		ЭЦ, ккал		вит "С", мг	
	1 день												
	Завтрак												
16\4	Каша молочная ассорти(рис, пшено) с маслом сливочным	200	150	5	3,7	5,9	4,4	26,4	19,8	175	132	0,5	0,4
12\10	Чай с молоком	200	180	1,4	1,3	1,4	1,3	11,2	10,1	61	55,2	0,3	0,2
	Батон с маслом	30\8	25\5	1,94	1,56	3,85	3,8	11,74	9,4	89,4	78,1	0	0
	Итого за прием	430	360	8,34	6,56	11,15	9,5	49,34	39,3	325,4	265,3	0,8	0,6
	Обед												
15	Икра морковная	60	40	1,3	0,9	4	2,7	6,2	4,1	65	44	2,51	1,67
17\2	Суп картофельный с бобовыми	250	150	5,4	3,2	5	3	19,9	12	147,5	88,5	15,4	9,2
3//3	Картофельное пюре	130	100	2,7	2	3,6	2,8	17,8	13,7	117	90	9,3	7,2
451	Котлета из мяса говядины(свини	70	70	8,6	8,6	6,1	6,1	8,3	8,3	137,2	137,2	0,12	0,12
6\10	Компот из сухофруктов	200	150	0,5	0,4	0	0	20,1	15	83	62,2	0,4	0,3
	Хлеб пшеничный	20	15	1,52	1,1	0,16	0,12	9,7	7,3	46,7	35	0	0
	Хлеб ржаной	40	30	2,64	1,98	0,48	0,36	13,3	10	68	51	0	0
	Итого за прием	770	555	22,66	18,18	19,34	15,08	95,3	70,4	664,4	507,9	27,73	18,49
	Полдник												
687	Пирожок печёный с повидлом	60	60	5,2	5,2	5,4	5,4	30,2	30,2	192,2	192,2	0,13	0,13