Утенкова Оксана Васильевна

Подписано цифровой подписью: Утенкова Оксана Васильевна
Дата: 2026.05.29 16:10:53 +07'00'

Утверждаю:
и.о.заведующего МАДОУ № 5
О.В.Утенкова

Меню на «01» июня 2026 г

дети 3-7 л.,12-часовое пребывание

Неделя 1 день 1						
№ ТК (ТТК)/№ рец.	Прием пищи/наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен.
			Б	Ж	У	
	Завтрак	г	г	г	г	ккал
15/182	Каша жидкая молочная гречневая	200	6,95	4,99	21,54	167,89
36/513,514	Кофейный напиток с молоком	200	1,76	1,37	9,64	57,90
3/96,97	Бутерброд с маслом и сыром	50/5/13	5,04	3,93	17,48	125,78
	Итого	453	13,75	10,29	48,66	351,57
	2-й завтрак					
8,9/535,534	Кисломолочный напиток снежок	130	3,38	3,7	5,56	69,37
	Итого	130	3,38	3,70	5,56	69,37
	Обед					
4/472	Маринад овощной	60	0,73	6,66	5,62	85,32
5/144	Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом	200	3,43	3,80	8,67	82,57
6/375	Плов с мясом	180	17,32	14,04	32,72	326,28
22/479	Кисель из ягод замороженных	200	0,13	0,09	14,99	62,35
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
ГП	Хлеб ржаной	25	1,23	0,25	11,20	52,50
	Итого	685	24,36	25,00	83,04	656,02
	Полдник					
8,9/535,534	Кисломолочный напиток	200	5,46	4,4	8,73	96,356
ГП	Кондитерские изделия (пряники)	55	1,54	1,82	42,52	194,70
	Итого	255	7,00	6,22	51,25	291,06
	Ужин					
18/112,113	Овощи натуральные соленые огурцы	50	0,40	0,05	0,85	6,50
82/355	Тефтели рыбные	70	8,68	4,49	5,57	97,39
32/434	Картофельное пюре	150	3,00	3,28	19,89	121,04
ГП	Сок фруктовый	200	2,00	0,20	5,80	36,00
ГП	Хлеб ржаной	25	1,23	0,25	11,20	52,50
ГП	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75
	Итого	520	17,21	8,47	55,61	372,18
			Б	Ж	У	Эн.Ц
	Итого за день		65,70	53,68	244,12	1740,20

повар _____/Л.В.Пан/