

Левонкумского муниципального округа СК



Меню-раскладка

для организации горячего питания от 1 до 3 лет в

муниципальных казенных дошкольных образовательных учреждений Л

год

Понедельник 1 неделя День 1

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептов		
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Mg, мг	Ca, мг			P, мг	Fe, мг
Завтрак	130	3,61	3,81	12,62	99,3	0,05	0	0	0,4	9,9	0,68	29,1	0,62	94	2011
	20	2,45	7,55	14,62	136	0,05	9,3	40	1,3	32,2	92,5	64,7	1,9	3	2011
	150	0,17	0,01	8,39	33,6	0	0,02	0	0	0,9	8	1,6	0,19	392	2011
	Итого за приём пищи:														
	376	6,23	11,37	35,63	268,9	0,1	9,32	40	1,7	43	101	95,4	2,71		
Обед															
Завтрак	150	1,4	0,06	13,7	111,18	0,01	3,4	0	0	18,08	35,5	36,6	1,01	81	2011
	50	10,65	3,43	7,46	103,6	0	22,2	0,2	2,3	27,4	54,5	51,8	1,3	255	2011
	110	3,62	4,16	17,72	118,95	0,08	3,9	0,24	2,35	34,36	26,2	195	2,37	321	2011
	30	0,61	0,05	5,8	26,15	0	3	0	0	5	15,2	9,1	0,1	41	2011
	50	3,16	0,08	19,32	94,4	0,06	0	0	0	13,2	9,2	34,8	0,8		
	150	0,39	0,02	24,99	101,7	0,1	0	0	0,7	5,7	5,4	26,1	1,2	376	2011
	540	19,83	7,8	88,99	555,98	0,25	32,5	0,44	5,35	103,7	146	353	6,78		
Полдник															
Завтрак	25	2,72	1,65	18,3	197,4	0,09	0	2,31	0,79	14,5	11	37	0,69		
	150	3,15	2,72	12,96	89	0,04	1,2	18	0,74	16,7	115	95,6	0,41	397	2011
	175	5,87	4,37	31,26	286,4	0,13	1,2	20,31	1,53	31,2	126	133	1,1		
	Итого за приём пищи:														
1091	31,93	23,54	155,88	1111,28	0,48	43,02	60,75	8,58	177,9	373	581	10,59			
Всего за день:															