**Выписка из меню приготовляемых блюд для детей дошкольного возраста**

Разработан по сборнику технических нормативов « Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех общеобразовательных учреждениях» под общей редакцией М.П.Могильного « Хлебпродинформ»2011г

Муниципальной бюджетной общеобразовательной организации

Пышминского городского округа

« Тимохинская начальная общеобразовательная школа»

Сезон: Осенне-зимний

Возрастная категория: Дошкольники

Дата: 26.03.2025

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | |  | Энергетическая ценность | № рецептуры |
| Белки | Жиры | Углеводы |
| **День 7** | |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак | Каша ячневая молочная | 150 | 4,9 | 10,09 | 25,64 | 193,6 | 7209 |
|  | Чай с лимоном | 180 | 0,14 | 0,02 | 15,37 | 65,16 | 944 |
|  | Хлеб пшеничный с маслом | 30 | 1,76 | 5,09 | 9,88 | 109,34 | 1 |
| **Итого за завтрак** | | **360** | **6,8** | **15,2** | **50,89** | **368,1** |  |
| 2 завтрак | Сок | 100 | 7,85 | 5,03 | 5,23 | 106,78 | Пром |
| Обед | Рассольник | 180  200 | 2,63  14,7 | 3,82  14,9 | 14,25  36,49 | 102,75  338,66 | 7200  601 |
|  | Плов с мясом |
|  | Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,31 | 0,05 | 20,51 | 84,46 | 868 |
|  | Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 7,92 | 89,6 | Пром |
|  | Хлеб ржаной | 50 | 2,8 | 0,54 | 24,7 | 157,5 | Пром |
| **Итого за обед** | | **650** | **23,48** | **19,63** | **103,87** | **772,97** | **650** |
| Полдник | Макароны отварные с яйцом | 150 | 5,76 | 0,83 | 31,14 | 155,1 | 332 |
|  | Чай с молоком | 180 | 2,65 | 2,26 | 17,87 | 104,24 |  |
|  | Вафли | 30 | 1,6 | 2 | 10,5 | 63,3 | Пром |
| **Итого за полдник** | | **360** | **10,01** | **5,09** | **59,51** | **322,64** |  |
| ***Итого за день*** | | ***1470*** | ***48,14*** | ***44,95*** | ***219,5*** | ***1570,49*** |  |
|  | |  | | | | | |