**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:31.03.2025 г

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | | Наименование блюда | | Вес блюда | Пищевые вещества | |  | Энергетическая ценность | № рецептуры |
| Белки | Жиры | Углеводы |
| **Неделя 1**  **День 1** | | | |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак | | Запеканка рисовая с творогом и сгущенным молоком | | 120 | 5,76 | 4,45 | 32,94 | 196,6 | 188 |
|  | | Какао на молоке | | 180 | 3,5 | 2,70 | 21,88 | 12,64 | 959 |
|  | | Хлеб пшеничный | | 40 | 3,04 | 0,32 | 7,92 | 89,60 | Пром |
| **Итого за завтрак** | | | | **340** | **11,85** | **7,47** | **62,74** | **298,84** |  |
| 2 завтрак | | Сок | | 100 | 7,85 | 5,03 | 5,23 | 106,78 | Пром |
|  | | |  | 180 | 2,98 | 4,41 | 16,19 | 117,89 | 187 |
| Обед | | Щи из свежей капусты со сметаной | |
|  | | Гуляш из курицы | | 70 | 15,80 | 15,68 | 1,89 | 211,48 | 591 |
|  | | Макаронные изделия отварные | | 130 | 4,99 | 0,07 | 26,99 | 134,42 | 332 |
|  | | Компот из смеси сухофруктов | | 180 | 0,31 | 0,05 | 20,51 | 84,46 | 868 |
|  | | Хлеб пшеничный | | 40 | 3,04 | 0,32 | 7,92 | 89,60 | Пром |
|  | | Хлеб ржаной | | 50 | 2,80 | 0,54 | 24,70 | 157,50 | Пром |
| **Итого за обед** | | | | **650** | **29,92** | **21,07** | **98,20** | **795,35** |  |
| Полдник | Каша овсяная | | | 150 | 18,0 | 9,00 | 93,00 | 525,00 | 302 |
|  | Чай с сахаром | | | 180 | 0,03 | 0 | 7,88 | 47,87 | 943 |
|  | Манник | | | 50 | 3,10 | 1,20 | 22,90 | 109,20 |  |
| **Итого за полдник** | | | | **380** | **21,13** | **10,2** | **123,77** | **682,07** |  |
| ***Итого за день*** | | | | ***1470*** | ***70,75*** | ***43,77*** | ***289,95*** | ***1883,04*** |  |