МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА НОВОСИБИРСКА " ДЕТСКИЙ САД № 331 " РАДУГА"

Подписан: МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА НОВОСИБИРСКА "ДЕТСКИЙ САД № 331 "РАДУГА"
DN: C=RU, S=Новосибирская область, STREET="улица Степная, дом 17", L=Новосибирск, T=заведующий, O="МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА НОВОСИБИРСКА ""ДЕТСКИЙ САД № 331 ""РАДУГА""", ОГРН=1025401501344, СНИЛС=02494174757, OID.1.2.643.100.4=5404156250, ИНН=540415026196, Emfs331buh@yandex.ru, G=Ирина Викторовна, SN=Титкова, CN="МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА НОВОСИБИРСКА ""ДЕТСКИЙ САД № 331 ""РАДУГА""
Основание: я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
Местоположение: место подписания
Дата: 2022.06.20 14:07:07+07'00'
Foxit PDF Reader Версия: 11.2.2

муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
города Новосибирска
«Детский сад № 331 «Радуга»

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МКДОУ д/с № 331
_____ Титкова И.В.

Меню раскладка на 10 дней
для детей с фенилкетонурией
в МКДОУ д/с № 331

День: понедельник
Неделя: первая
Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
2-ой завтрак	Сок яблочный	200	1	-	18,20	76	т/п
Обед	Щи из свежей капусты вегетарианские	200	1,33	4,15	6,52	70	№1.2а
	Макаронные изделия отварные(спец)	100	0,5	1,0	85	351	табл
	Салат из моркови с зеленым горошком	50	0,95	5,06	3,13	61,88	11
	Компот из кураги	200	0,33	-	22,66	91,98	239
Полдник	Молоко (низкобелковое)	100	0,4	1,1	2,4	21	табл
Ужин	Каша кукурузная(спец)	100	0,7	0,6	83	340	табл
	Джем абрикосовый	25	0,13	-	17,5	69	12.10
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,01	57	11.1
Итого за первый день:			5,54	11,91	253,42	1137,86	

День: среда
Неделя: первая
Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
2-ой завтрак	Сок яблочно-персиковый	200	1	-	18,2	76	т/п
Обед	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	200	1,38	5,14	6,81	82	1.6
	Капуста белокочанная тушеная	100	2,46	6,14	6,98	95	7.7а
	Компот из изюма	200	0,33	-	22.66	91.98	239
Полдник	Груша	100	0,3	0,25	9,3	42,3	
Ужин	Каша гречневая (спец)	100	3,0	1,0	77.0	340,0	табл
	Напиток из брусники	200	0,11	-	21,07	84,69	257
Итого за первый день:			8,58	12,53	162,02	811,97	

День: вторник
Неделя: первая
Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория: от 3г до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
2-ой завтрак	Бананы	50	0,4	0,15	6,3	28,8	
Обед	Суп картофельный с овощами вегетарианский со сметаной	200	1,31	2,46	8,57	62	1.5
	Картофель отварной	100	2,09	4,69	18,14	121,64	204
	Горошек зеленый консервированный	20	0,62	0,04	1,30	8	8.14
	Компот из сухофруктов	150	-	-	26,60	105	11.6б
Полдник	Снежок	30	0,8	0,75	3,3	23,1	т/п
Ужин	Клёцки (спец)	100	1,5	1,0	71	299	табл
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,01	57	11.1
Итого за первый день:			6,92	9,09	150,22	704,54	

День: четверг
Неделя: первая
Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
2-ой завтрак	Яблоки	100	0,55	0,55	13,5	65	
Обед	Свекольник вегетарианский со сметаной	200	1,87	3,67	13,92	93	1.12
	Рис отварной(спец)	100	0,5	1,0	78,0	338	табл
	Салат из свежих огурцов	50	0,31	3,37	1,16	36	8.5
	Компот из кураги и изюма	200	0,51	-	22,73	95	11.7а
Полдник	Сок фруктовый	200	1	-	18,2	76	т/п
Ужин	Клецки с маслом (спец)	100	1,5	1,0	71,0	299	табл
	Отвар из шиповника	200	0,68	0,25	9,66	57	11.14
Итого за первый день:			6,92	9,84	228,17	1059	

День: пятница
Неделя: первая
Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
2-ой завтрак	Сок яблочный	200	1	-	18,2	76	табл
Обед	Суп картофельный с овощами вегетарианский со сметаной	200	1,31	2,46	8,57	62	1.5
	Сложный овощной гарнир (картофель, капуста тушеная)	150	3,82	5,42	19,96	147	7.6
	Компот из свежих плодов или ягод (яблоко+вишня)	200	0,16	-	14,99	60,64	240
Полдник	Йогурт	30	0,8	0,75	3,33	23,1	т/п
Ужин	Макаронные изделия отварные(спец)	100	0,5	1	85	351	таб
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,26	0,06	15,22	59	11.10
Итого за первый день:			7,85	17,57	165,27	778,74	

День: понедельник
Неделя: вторая
Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
2-ой завтрак	Яблоки	100	0,55	0,55	13,5	65	
Обед	Суп картофельный с овощами вегетарианский со сметаной	200	1,31	2,46	8,57	62	1.5
	Каша гречневая (спец)	100	3,0	1,0	77,0	34,0	табл
	Салат из белокочанной капусты и морковью	55	1,22	7,64	3,46	87	8.10а
	Компот из кураги	200	0,33	-	22,62	91,98	239
Полдник	Молоко (низкобелковое)	100	0,4	1,1	2,4	21	табл
Ужин	Капуста белокочанная припущенная с маслом	100	1,9	2,90	5,66	56	7.8
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,1	57	11.1
Итого за первый день:			8,91	15,65	148,31	473,98	

День: вторник
Неделя: вторая
Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
2-ой завтрак	Сок фруктовый	200	1	-	18,2	76	
Обед							
	Щи из свежей капусты вегетарианские	200	1,33	4,15	6,52	70	1.2а
	Пюре из свеклы и яблок	100	1,46	1,83	10,42	66	7.12а
	Компот из сухофруктов	150	-	-	26,6	105	11.66
Полдник	Варенец	30	0,8	0,96	1,23	16,88	т/п
Ужин	Макаронные изделия отварные	100	0,5	1,0	85,0	351	табл
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,01	57	11.1
Итого за первый день:			5,29	7,94	162,98	741,88	

День: среда
Неделя: вторая
Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
2-ой завтрак	Груши	100	0,3	0,25	9,3	42,3	
Обед	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	200	1,38	5,14	6,81	82	1.15
	Клецки (спец)	100	1,5	1.0	71,0	299	табл
	Компот из яблок с лимоном	200	0.25	0,25	25,35	104,07	242
Полдник	Сок фруктовый	200	1	-	18,2	76	
Ужин	Сложный овощной гарнир	150	3,82	5,42	19,96	147	7.6
	Чай с сахаром	200	0,2	-	15,01	57	11.1
Итого за первый день:			8,45	12,06	165,63	807,37	

День: четверг
Неделя: вторая
Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
2-ой завтрак	Бананы	50	0,4	0,15	6,3	28,8	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем *	200	1,67	5,06	8,51	86,26	56
	Картофель отварной	100	2,09	4,69	18,14	121,64	204
	Салат из свежих огурцов	50	0,31	3,37	1,16	36	8.5
	Компот из свежих яблок	150	0,18	0,18	19,37	77	11.5
Полдник	Снежок	30	0,8	0,75	3,3	23,1	т/п
Ужин	Каша кукурузная(спец)	100	0,7	0,6	83	340	
	Напиток из брусники	200	0,11	-	21,07	84,69	257
Итого за первый день:			6,26	14,8	160,85	797,49	

День: пятница
Неделя: вторая
Сезон: осенне-зимний
Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
2-ой завтрак	Сок яблочный	200	1	-	18,2	76	
Обед	Суп картофельный с овощами вегетарианский со сметаной	200	1,31	2,46	8,57	62	1.5
	Рис отварной(спец)	100	0,5	1,0	78,0	338	табл
	Горошек консервированный отварной	20	0,62	0,04	1,30	8	8.14
	Компот из свежих плодов или ягод	200	0,16	-	14,99	60,64	240
Полдник	Кефир	30	0,8	0,4	2,74	16,46	т/п
Ужин	Капуста белокочанная тушеная	100	2,46	6,14	6,98	95	7.7а
	Чай с сахаром	200	0,20	-	15,01	57	11.1
	Мармелад желейный	25	0,03	-	19,85	80	12.9
Итого за первый день:			7,08	10,04	165,64	793,1	