СОГЛАСОВАНО

заведующий (должность)

Л.С.Зиннатуллина (ФИО)

28 марта 2022 г . (дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: сад 12 ч

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углево	
День 6						
ЗАВТРАК	Каша жидкая манная	200	4,70	5,22	22,74	156,32
	Чай без сахара	200	0,12	0,00	0,02	1,14
	Бутерброды с маслом	45	3,06	4,23	20,65	133,1
	конфеты шоколадные	30	1,98	3,78	16,86	111,51
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**475**	**9,86**	**13,23**	**60,27**	**402,07**
ЗАВТРАК 2	яблоки	100	0,40	0,40	9,80	47
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		**100**	**0,40**	**0,40**	**9,80**	**47**
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем	250	7,33	9,52	17,30	185,42
	Биточки мясные	80	8,97	8,34	1,18	115,67
	Гречка рассыпчатая с маслом	130	7,33	4,46	32,94	201,73
	Соус томатный	30	0,52	0,96	2,94	22,88
	зеленый горошек консервированный	30	6,90	0,36	15,99	90,81
	Компот из с/ф	200	0,02	0,00	13,42	51,04
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,8
ИТОГО ЗА ОБЕД		**770**	**35,02**	**24,14**	**107,92**	**774,35**
ПОЛДНИК	"Королевсакая"Ватрушка со сгущенным молоком	90	19,42	16,84	18,24	299,46
	Чай без сахара	150	0,11	0,00	0,01	0,94
	снежок	100	2,70	2,50	10,80	79
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		**340**	**22,23**	**19,34**	**29,05**	**379,4**
УЖИН	Суп картофельный с рыбой	250	20,55	7,60	25,88	255,38
	Чай с сахаром	150	0,06	0,00	9,99	38,49
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08
ИТОГО ЗА УЖИН		**430**	**22,98**	**7,90**	**50,36**	**357,95**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**2115**	**90,49**	**65,01**	**257,40**	**1960,77**
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**2115**	**90,49**	**65,01**	**257,40**	**1960,77**
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**2115**	**90,49**	**65,01**	**257,40**	**1960,77**