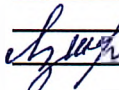


СОГЛАСОВАНО

 Заведующий (должность)
Я.С. Зиннатуллина (ФИО)
 4 апреля 2022 г. (дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория:
 я сад 12 ч

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углево	
День 1						
ЗАВТРАК	Каша жидкая рисовая	200	4,68	4,68	29,22	177,3
	Бутерброды с сыром	61	6,66	8,94	21,49	193,11
	Какао с молоком	200	3,76	3,88	17,42	118,56
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		461	15,10	17,50	68,13	488,97
ЗАВТРАК 2	Напиток из плодов шиповника	100	0,13	0,00	8,65	33,8
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,13	0,00	8,65	33,8
ОБЕД	Суп крестьянский со сметаной	250	7,38	9,18	16,07	177,3
	Гуляш из отварного мяса	90	13,04	17,06	5,47	228,09
	Макаронные изделия отварные	100	4,57	3,30	27,91	159,44
	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		720	35,86	30,40	103,01	813,48
ПОЛДНИК	печенье	30	3,94	6,19	39,32	218,98
	Чай без сахара	200	0,14	0,00	0,02	1,26
	снежок	100	2,70	2,50	10,80	79
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		330	6,78	8,69	50,14	299,24
УЖИН	Запеканка из творога со сгущенным молоком	90	17,87	13,55	16,58	257,27
	Чай без сахара	200	0,06	0,00	0,02	0,64
ИТОГО ЗА УЖИН		290	17,93	13,55	16,60	257,91
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1901	75,80	70,14	246,53	1893,4
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1901	75,80	70,14	246,53	1893,4
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1901	75,80	70,14	246,53	1893,4