

СОГЛАСОВАНО

Заведующий д/с №111(должность)

Зиннатуллина Л.С. (ФИО)

05 апреля 2022 год (дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
я сад 12 ч
категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углевод	
День 2						
ЗАВТРАК	Каша жидкая геркулесовая	200	5,40	6,28	23,10	170,12
	Бутерброды с маслом	45	3,06	4,23	20,65	133,1
	Чай без сахара	200	0,12	0,00	0,02	1,14
	конфеты	20	0,28	1,64	13,88	71,8
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		465	8,86	12,15	57,65	376,16
ЗАВТРАК 2	яблоки	100	0,40	0,40	9,80	47
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,40	0,40	9,80	47
ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	7,10	8,15	19,92	181,73
	Тефтели рыбные тушеные	90	35,26	10,45	11,82	283,62
	Пюре картофельное	150	4,63	3,90	33,60	188,65
	Соус томатный	30	0,52	0,96	2,94	22,88
	кукуруза консервированная	30	0,66	0,12	3,36	17,4
	Кисель быстрого приготовления	200	0,00	0,00	3,90	15,9
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,8
ИТОГО ЗА ОБЕД		800	52,12	24,08	99,69	816,98
ПОЛДНИК	Яйца вареные	50	6,35	5,75	0,35	78,5
	Чай без сахара	200	0,14	0,00	0,02	1,26
	печенье	30	3,94	6,19	39,32	218,98
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08
	биокефир классический	150	4,50	4,80	7,05	90
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		460	17,30	17,04	61,23	452,82
УЖИН	Каша жидкая манная	200	4,70	5,22	22,74	156,32
	Чай с сахаром	200	0,06	0,00	10,00	38,48
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08
ИТОГО ЗА УЖИН		430	7,13	5,52	47,23	258,88
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2255	85,81	59,19	275,60	1951,84
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2255	85,81	59,19	275,60	1951,84
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2255	85,81	59,19	275,60	1951,84