


 СОГЛАСОВАНО

 Заведующий д/с 111(должность)
 Зиннатуллина Л.С.(ФИО)
 7 апреля 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 4						
ЗАВТРАК	Каша жидкая сборная	200	5,90	5,78	28,94	191,06
	Чай с лимоном	200	0,18	0,00	15,18	60,04
	Бутерброды с маслом	45	3,04	3,01	20,61	121,79
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		445	9,12	8,79	64,73	372,89
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50	0,00	10,10	42,22
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,50	0,00	10,10	42,22
ОБЕД	Суп картофельный с крупой "Пшено"	250	7,48	8,32	23,18	197,98
	Голубцы ленивые	160	12,22	9,70	17,52	207,31
	Соус томатный	30	0,52	0,96	2,94	22,88
	кукуруза консервированная	30	0,66	0,12	3,36	17,4
	Кисель из плодов или ягод свежих	200	0,24	1,08	20,28	89,96
	Облепиха	50	3,95	0,50	24,15	106,8
ИТОГО ЗА ОБЕД		720	25,07	20,68	91,43	642,33
ПОЛДНИК	Макароны отварные с сыром	140	10,35	9,84	26,88	237,08
	Чай с сахаром	200	0,06	0,00	10,00	38,48
	снежок	100	2,70	2,50	10,80	79
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		440	13,11	12,34	47,68	354,56
УЖИН	Жаркое по домашнему	180	15,89	14,06	29,18	307,4
	Чай без сахара	200	0,06	0,00	0,02	0,64
	печенье	30	1,97	3,10	19,66	109,49
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08
ИТОГО ЗА УЖИН		440	20,29	17,46	63,35	481,61
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2145	68,09	59,27	277,29	1893,61
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2145	68,09	59,27	277,29	1893,61
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2145	68,09	59,27	277,29	1893,61