



СОГЛАСОВАНО

Заведующий д/с 111 "Дашенька"

Зиннатуллина Л.С.

11 апреля 2022г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория:
я сад 12 ч

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
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	"Королевская"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