



СОГЛАСОВАНО

Заведующий д/с 111 "Дашенька"

Зиннатуллина Л.С.

12 апреля 2022г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория:
сад 12 ч

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
День 7						
ЗАВТРАК	Каша жидкая дружба Гречка и пшено	200	6,08	5,90	26,48	183,08
	Бутерброды с маслом	45	3,06	4,23	20,65	133,1
	Чай с вареньем	200	0,20	0,00	15,52	67,4
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	445	9,34	10,13	62,65	383,58
ЗАВТРАК 2	бананы	100	1,50	0,50	21,00	96
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	1,50	0,50	21,00	96
ОБЕД	Борщ со сметаной	250	7,90	9,13	23,98	210,35
	Рыба, запеченная с овощами	80	18,19	12,39	0,84	187,37
	Соус молочный	30	0,78	2,36	2,83	36
	Рис отварной	130	3,60	3,17	37,49	192,86
	Кисель быстрого приготовления	200	0,00	0,00	3,90	15,9
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,8
	кукуруза консервированная	30	0,66	0,12	3,36	17,4
ИТОГО ЗА ОБЕД		770	35,08	27,67	96,55	766,68
ПОЛДНИК	Гренки с сыром	60	10,23	11,77	19,09	223,1
	Чай с сахаром	150	0,12	0,00	10,01	39,06
	Молоко кипяченое	100	3,05	3,36	4,93	63
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		310	13,40	15,13	34,03	325,16
УЖИН	Суп молочный с макаронными изделиями	200	4,64	5,36	21,18	151,02
	печенье	30	1,97	3,10	19,66	109,49
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08
	Чай без сахара	200	0,12	0,00	0,02	1,14
ИТОГО ЗА УЖИН		460	9,10	8,76	55,35	325,73
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2085	68,42	62,19	269,58	1897,15
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2085	68,42	62,19	269,58	1897,15
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2085	68,42	62,19	269,58	1897,15