



СОГЛАСОВАНО

Заведующий д/с 111 "Дашенька"

Зиннатуллина Л.С.

13 апреля 2022 г.

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная  
я сад 12 ч  
категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>День 8</b>						
ЗАВТРАК	Каша жидкая гречневая	200	6,48	7,36	26,74	198,82
	Чай с сахаром	200	0,06	0,00	10,00	38,48
	Бутерброды с маслом	45	2,97	5,07	19,93	137,45
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>445</b>	<b>9,51</b>	<b>12,43</b>	<b>56,67</b>	<b>374,75</b>
ЗАВТРАК 2	фрукты	100	1,50	0,50	21,00	96
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>1,50</b>	<b>0,50</b>	<b>21,00</b>	<b>96</b>
ОБЕД	Суп с крупой	250	6,73	8,05	18,47	173,58
	Гренки из пшеничного хлеба (1 вариант)	15	1,87	0,24	11,41	50,46
	Рагу овощное с мясом	180	6,77	10,49	16,06	186,88
	Компот из апельсинов	200	0,46	0,06	19,70	78,22
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,8
	помидор свежий	30	0,18	0,06	1,26	5,97
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>725</b>	<b>19,96</b>	<b>19,40</b>	<b>91,05</b>	<b>601,91</b>
ПОЛДНИК	Суп молочный с крупой (РИС)	200	3,98	5,20	21,84	149,68
	Чай без сахара	200	0,12	0,00	0,02	1,14
	пряники	30	1,44	0,84	23,31	100,74
	снежок	100	2,70	2,50	10,80	79
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>530</b>	<b>8,24</b>	<b>8,54</b>	<b>55,97</b>	<b>330,56</b>
УЖИН	Макаронник с мясом	160	13,54	10,75	24,32	248,03
	Чай с сахаром	200	0,06	0,00	10,00	38,48
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>390</b>	<b>15,97</b>	<b>11,05</b>	<b>48,81</b>	<b>350,59</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>2190</b>	<b>55,18</b>	<b>51,92</b>	<b>273,50</b>	<b>1753,81</b>
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>2190</b>	<b>55,18</b>	<b>51,92</b>	<b>273,50</b>	<b>1753,81</b>
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>2190</b>	<b>55,18</b>	<b>51,92</b>	<b>273,50</b>	<b>1753,81</b>