



СОГЛАСОВАНО

Заведующий д/с 111

"Дашенька"

Зиннатуллина Л.С.

14 апреля 2022г.

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: сад 12 ч

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>День 9</b>						
ЗАВТРАК	Каша жидкая пшеничная	200	5,48	6,50	24,76	175,38
	Бутерброды с сыром	61	6,66	8,94	21,49	193,11
	Какао с молоком	200	3,76	3,88	17,42	118,56
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>461</b>	<b>15,90</b>	<b>19,32</b>	<b>63,67</b>	<b>487,05</b>
ЗАВТРАК 2	Сок	100	0,80	0,20	7,50	38
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>0,80</b>	<b>0,20</b>	<b>7,50</b>	<b>38</b>
ОБЕД	Суп картофельный с клецками	250	10,75	12,00	27,80	264,2
	плов с мясом	180	14,85	16,04	39,64	362,45
	огурец свежий	30	0,24	0,03	0,75	4,2
	Кисель из плодов или ягод свежих Облепиха	200	0,24	1,08	20,28	89,96
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,8
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>710</b>	<b>30,03</b>	<b>29,65</b>	<b>112,62</b>	<b>827,61</b>
ПОЛДНИК	Булочка с повидлом	90	5,78	5,14	35,07	212,25
	Чай с молоком	200	2,14	2,24	3,32	43,14
	йогурт	100	2,70	2,50	10,80	79
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>390</b>	<b>10,62</b>	<b>9,88</b>	<b>49,19</b>	<b>334,39</b>
УЖИН	Каша жидкая рисовая	200	5,02	6,76	31,48	206,32
	Бутерброды с маслом	45	2,94	3,49	19,89	122,88
	Чай с сахаром	200	0,06	0,00	10,00	38,48
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>445</b>	<b>8,02</b>	<b>10,25</b>	<b>61,37</b>	<b>367,68</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>2106</b>	<b>65,37</b>	<b>69,30</b>	<b>294,35</b>	<b>2054,73</b>
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>2106</b>	<b>65,37</b>	<b>69,30</b>	<b>294,35</b>	<b>2054,73</b>
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>2106</b>	<b>65,37</b>	<b>69,30</b>	<b>294,35</b>	<b>2054,73</b>