



### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: сад 12 ч

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>День 1</b>						
ЗАВТРАК	Каша жидкая рисовая	200	4,68	4,68	29,22	177,3
	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>15,10</b>	<b>17,50</b>	<b>68,13</b>	<b>488,97</b>
ЗАВТРАК 2	Напиток из плодов шиповника	100	0,13	0,00	8,65	33,8
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>0,13</b>	<b>0,00</b>	<b>8,65</b>	<b>33,8</b>
ОБЕД	Суп крестьянский со сметаной	250	7,38	9,18	16,07	177,3
	Гуляш из отварного мяса	90	13,04	17,06	5,47	228,09
	Макаронные изделия отварные	100	4,57	3,30	27,91	159,44
	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
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>720</b>	<b>35,86</b>	<b>30,40</b>	<b>103,01</b>	<b>813,48</b>
ПОЛДНИК	печенье	30	3,94	6,19	39,32	218,98
	Чай без сахара	200	0,14	0,00	0,02	1,26
	Молоко	100	2,70	2,50	10,80	79
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>330</b>	<b>6,78</b>	<b>8,69</b>	<b>50,14</b>	<b>299,24</b>
УЖИН	Запеканка из творога со сгущенным молоком	90	17,87	13,55	16,58	257,27
	Чай без сахара	200	0,06	0,00	0,02	0,64
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>290</b>	<b>17,93</b>	<b>13,55</b>	<b>16,60</b>	<b>257,91</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1901</b>	<b>75,80</b>	<b>70,14</b>	<b>246,53</b>	<b>1893,4</b>
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1901</b>	<b>75,80</b>	<b>70,14</b>	<b>246,53</b>	<b>1893,4</b>
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1901</b>	<b>75,80</b>	<b>70,14</b>	<b>246,53</b>	<b>1893,4</b>