



СОГЛАСОВАНО

И.О. Заведующий д/с 111

Дмитриева О.Л.

22 апреля 2022 г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: сад 12 ч

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
День 5						
ЗАВТРАК	Каша жидкая пшенная	200	5,82	5,88	27,36	185,22
	Бутерброды с маслом	45	3,04	3,01	20,61	121,79
	Чай с вареньем	200	0,18	0,00	13,80	59,96
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		445	9,04	8,89	61,77	366,97
ЗАВТРАК 2	Фрукты	100	0,13	0,00	8,65	33,8
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,13	0,00	8,65	33,8
ОБЕД	Суп Свекольник со сметаной	250	7,90	9,13	23,98	210,35
	Котлеты мясные	80	13,75	8,94	5,54	157,75
	Рис отварной	130	3,60	3,17	37,49	192,86
	Зеленый горошек консервированный	30	6,90	0,36	15,99	90,81
	Соус молочный	30	0,78	2,36	2,83	36
	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	36,90	24,46	123,40
ПОЛДНИК	Чай без сахара	200	0,06	0,00	0,02	0,64
	Печенье	30	3,94	6,19	39,32	218,98
	Молоко кипяченое	100	3,05	3,36	4,93	63
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		330	7,05	9,55	44,27	282,62
УЖИН	Жаркое по домашнему	180	15,89	14,06	29,18	307,4
	Чай с сахаром	200	0,06	0,00	10,00	38,48
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08
ИТОГО ЗА УЖИН		410	18,32	14,36	53,67	409,96
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2055	71,44	57,26	291,76	1938,96
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2055	71,44	57,26	291,76	1938,96
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2055	71,44	57,26	291,76	1938,96