



СОГЛАСОВАНО

и.о. Заведующего (должность)

Дмитриева О.Л. (ФИО)

г. Улан-Удэ, 27 апреля 2022 г. (дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: сад 12 ч

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
День 8						
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
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		445	9,51	12,43	56,67	374,75
ЗАВТРАК 2	Фрукты	100	1,50	0,50	21,00	96
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	1,50	0,50	21,00	96
ОБЕД	Суп картофельный с крупой Манка	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
ИТОГО ЗА ОБЕД		725	19,96	19,40	91,05	601,91
ПОЛДНИК	пряники	30	1,44	0,84	23,31	100,74
	Чай без сахара	200	0,12	0,00	0,02	1,14
	Кефир	100	2,70	2,50	10,80	79
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		330	8,24	8,54	55,97	330,56
УЖИН	Суп рыбный с крупой	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
ИТОГО ЗА УЖИН		390	15,97	11,05	48,81	350,59
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2190	55,18	51,92	273,50	1753,81
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2190	55,18	51,92	273,50	1753,81
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2190	55,18	51,92	273,50	1753,81