

СОГЛАСОВАНО

 заведующий (должность)
Л.С. Зиннатуллина (ФИО)
 30 марта 2022 г. (дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
 категория: я сад 12 ч

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углево	
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	бананы	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	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
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		530	8,24	8,54	55,97	330,56
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
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