

СОГЛАСОВАНО

Заведующий (должность)Л.С.Зиннатуллина (ФИО)18 мая 2022 г. (дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: сад 12 ч

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углевод	
День 3						
ЗАВТРАК	Каша жидкая ячневая	200	4,94	5,30	23,82	162,32
	Бутерброды с маслом	45	3,04	3,01	20,61	121,79
	какао с молоком	200	3,04	3,34	19,82	119,32
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		445	11,02	11,65	64,25	403,43
ЗАВТРАК 2	Банан	100	0,50	0,00	10,10	42,22
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,50	0,00	10,10	42,22
ОБЕД	Суп вермишелевый	250	11,12	8,63	31,15	247,37
	тефтели рыбные	90	13,04	17,06	5,47	228,09
	пюре картофельное	100	5,03	3,15	22,54	138,95
	помидор свежий	30	0,18	0,06	1,26	5,97
	Компот из с/ф	200	0,46	0,06	19,70	78,22
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,8
ИТОГО ЗА ОБЕД		735	35,65	29,70	115,68	855,86
ПОЛДНИК	булочка сахарная	55	5,84	4,68	41,60	233,34
	Чай без сахара	200	0,06	0,00	0,02	0,64
	снежок	150	4,50	4,80	7,05	90
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		405	10,40	9,48	48,67	323,98
УЖИН	плов с мясом	160	7,79	7,50	35,20	239,73
	Чай без сахара	200	0,12	0,00	0,02	1,14
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08
	конфеты шоколадные	15	0,99	1,89	8,43	55,76
ИТОГО ЗА УЖИН		405	11,27	9,69	58,14	360,71
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2090	68,84	60,52	296,84	1986,2
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2090	68,84	60,52	296,84	1986,2
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2090	68,84	60,52	296,84	1986,2