

СОГЛАСОВАНО
Заведующий МАДОУ № 111

 (должность)
Зиннатуллина Л.С. (ФИО)

 7 день

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория:
 сад 12 ч

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность |
|------------------------------------|--------------------------------------|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| День 7 | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша жидкая дружба Гречка и пшено | 200 | 6,08 | 5,90 | 26,48 | 183,08 |
| | Бутерброды с маслом | 45 | 3,04 | 3,01 | 20,61 | 121,79 |
| | Чай с вареньем | 200 | 0,14 | 0,00 | 15,52 | 66,82 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 445 | 9,26 | 8,91 | 62,61 | 371,69 |
| ЗАВТРАК 2 | груши | 100 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2 | | 100 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47 |
| ОБЕД | Борщ со сметаной | 250 | 7,90 | 9,13 | 23,98 | 210,35 |
| | Рыба, запеченная с овощами | 80 | 18,19 | 12,39 | 0,84 | 187,37 |
| | Соус молочный | 30 | 0,78 | 2,36 | 2,83 | 36 |
| | Рис отварной | 130 | 3,60 | 3,17 | 37,49 | 192,86 |
| | Кисель быстрого приготовления | 200 | 0,00 | 0,00 | 3,90 | 15,9 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,95 | 0,50 | 24,15 | 106,8 |
| | кукуруза консервированная | 30 | 0,66 | 0,12 | 3,36 | 17,4 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 770 | 35,08 | 27,67 | 96,55 | 766,68 |
| ПОЛДНИК | Гренки с сыром | 60 | 10,23 | 11,77 | 19,09 | 223,1 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,06 | 0,00 | 13,32 | 51,14 |
| | снежок | 100 | 2,70 | 2,50 | 10,80 | 79 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 360 | 12,99 | 14,27 | 43,21 | 353,24 |
| УЖИН | Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | 4,64 | 5,36 | 21,18 | 151,02 |
| | печенье | 30 | 1,97 | 3,10 | 19,66 | 109,49 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 64,08 |
| | Чай без сахара | 200 | 0,06 | 0,00 | 0,02 | 0,58 |
| ИТОГО ЗА УЖИН | | 460 | 9,04 | 8,76 | 55,35 | 325,17 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 2135 | 66,77 | 59,91 | 268,02 | 1863,78 |
| ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД: | | 2135 | 66,77 | 59,91 | 268,02 | 1863,78 |
| СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД: | | 2135 | 66,77 | 59,91 | 268,02 | 1863,78 |