

СОГЛАСОВАНО

 Введующий (должность)  
 Я.С. Зиннатуллина(ФИО)  
 31.03.2022 (дата)

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: сад 12 ч

| Прием пищи                         | Наименование блюда                        | Вес блюда   | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность |
|------------------------------------|---|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|
|                                    |   |             | Белки            | Жир          | Углевод       |                         |
| <b>День 9</b>                      |   |             |                  |              |               |                         |
| ЗАВТРАК                            | Каша жидкая пшеничная                     | 200         | 5,48             | 6,50         | 24,76         | 175,38                  |
|                                    | Бутерброды с сыром                        | 61          | 6,66             | 8,94         | 21,49         | 193,11                  |
|                                    | Какао с молоком                           | 200         | 3,76             | 3,88         | 17,42         | 118,56                  |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>            |   | <b>461</b>  | <b>15,90</b>     | <b>19,32</b> | <b>63,67</b>  | <b>487,05</b>           |
| ЗАВТРАК 2                          | мандарины                                 | 100         | 0,80             | 0,20         | 7,50          | 38                      |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>          |   | <b>100</b>  | <b>0,80</b>      | <b>0,20</b>  | <b>7,50</b>   | <b>38</b>               |
| ОБЕД                               | Суп картофельный с клецками               | 250         | 10,75            | 12,00        | 27,80         | 264,2                   |
|                                    | плов с мясом                              | 180         | 14,85            | 16,04        | 39,64         | 362,45                  |
|                                    | огурец свежий                             | 30          | 0,24             | 0,03         | 0,75          | 4,2                     |
|                                    | Кисель из плодов или ягод свежих Облепиха | 200         | 0,24             | 1,08         | 20,28         | 89,96                   |
|                                    | Хлеб пшеничный                            | 50          | 3,95             | 0,50         | 24,15         | 106,8                   |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>               |   | <b>710</b>  | <b>30,03</b>     | <b>29,65</b> | <b>112,62</b> | <b>827,61</b>           |
| ПОЛДНИК                            | Ватрушки с повидлом                       | 90          | 5,78             | 5,14         | 35,07         | 212,25                  |
|                                    | Чай с молоком                             | 200         | 2,14             | 2,24         | 3,32          | 43,14                   |
|                                    | снежок                                    | 100         | 2,70             | 2,50         | 10,80         | 79                      |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>            |   | <b>390</b>  | <b>10,62</b>     | <b>9,88</b>  | <b>49,19</b>  | <b>334,39</b>           |
| УЖИН                               | Каша жидкая рисовая                       | 200         | 5,02             | 6,76         | 31,48         | 206,32                  |
|                                    | Бутерброды с маслом                       | 45          | 2,94             | 3,49         | 19,89         | 122,88                  |
|                                    | Чай с сахаром                             | 200         | 0,06             | 0,00         | 10,00         | 38,48                   |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>               |   | <b>445</b>  | <b>8,02</b>      | <b>10,25</b> | <b>61,37</b>  | <b>367,68</b>           |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>              |   | <b>2106</b> | <b>65,37</b>     | <b>69,30</b> | <b>294,35</b> | <b>2054,73</b>          |
| <b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>       |   | <b>2106</b> | <b>65,37</b>     | <b>69,30</b> | <b>294,35</b> | <b>2054,73</b>          |
| <b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b> |   | <b>2106</b> | <b>65,37</b>     | <b>69,30</b> | <b>294,35</b> | <b>2054,73</b>          |