

СОГЛАСОВАНО

 Заведующий (должность)  
Л.С. Зиннатуллина (ФИО)  
1 апреля 2022 г. (дата)

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: я если 12 ч

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углево	
<b>День 10</b>						
ЗАВТРАК	Каша жидкая кукурузная	150	4,01	4,02	22,98	143,81
	Бутерброды с маслом	35	2,38	3,29	16,06	103,52
	Чай с лимоном	200	0,18	0,00	15,18	60,04
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>385</b>	<b>6,57</b>	<b>7,31</b>	<b>54,22</b>	<b>307,37</b>
ЗАВТРАК 2	яблоки	100	0,40	0,40	9,80	47
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>47</b>
ОБЕД	Рассольник со сметаной	250	7,98	10,28	21,58	211,73
	Котлеты мясные	70	12,03	7,83	4,85	138,03
	Соус томатный	20	0,35	0,64	1,96	15,26
	Макаронные изделия отварные	100	4,57	3,30	27,91	159,44
	зеленый горошек консервированный	30	6,90	0,36	15,99	90,81
	Компот из с/ф	150	0,01	0,00	10,07	38,28
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>660</b>	<b>35,00</b>	<b>22,81</b>	<b>101,68</b>	<b>738,99</b>
ПОЛДНИК	молоко пастеризованное 3,2%	200	5,80	6,40	9,40	120
	яйцо отварное	50	6,35	5,75	0,35	78,5
	печенье	40	5,25	8,26	52,43	291,97
	Чай без сахара	180	0,05	0,00	0,02	0,58
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>470</b>	<b>17,45</b>	<b>20,41</b>	<b>62,20</b>	<b>491,05</b>
УЖИН	Капуста тушеная с мясом	160	14,22	15,25	12,11	245,07
	Чай без сахара	150	0,09	0,00	0,01	0,85
	конфеты глазированные шоколадом с желейным корпусом	20	0,28	1,64	13,88	71,8
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>350</b>	<b>16,17</b>	<b>17,09</b>	<b>35,66</b>	<b>360,44</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1965</b>	<b>75,59</b>	<b>68,02</b>	<b>263,56</b>	<b>1944,85</b>
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1965</b>	<b>75,59</b>	<b>68,02</b>	<b>263,56</b>	<b>1944,85</b>
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1965</b>	<b>75,59</b>	<b>68,02</b>	<b>263,56</b>	<b>1944,85</b>