



СОГЛАСОВАНО
 И.О. Заведующий МДПОУ 111
 "Даленка"
 Дюпинова А.А.
 4 Июля 2022

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
 я
 категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда цель	Вес блюда а	Пищевые вещества			Энергетич еская ценность
			Белки	Жиры	Углево	
День 6						
ЗАВТРАК						
	Каша жидкая манная	200	5,04	5,24	24,88	166,44
	Чай без сахара	180	0,13	0,00	0,02	1,13
	Булгурброды с маслом	45	2,97	5,07	19,93	137,45
	конфеты шоколадные	20	1,98	3,78	16,86	111,51
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	455	10,12	14,09	61,69	416,53
ЗАВТРАК 2						
	Напиток из плодов шиповника	180	0,19	0,00	12,97	50,7
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2	350	1,19	0,00	33,17	135,14
ОБЕД						
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	8,25	10,40	19,15	204,6
	Каша рассыпчатая (Гречка)	100	5,04	3,77	22,56	144,61
	зеленый горошек консервированный	30	6,90	0,36	15,99	90,81
	Компот из сушеных фруктов	200	0,04	0,00	18,28	69,54
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44
	Углыш мясной	100	14,96	15,41	7,89	229,95
	ИТОГО ЗА ОБЕД	760	38,90	31,62	106,55	852,49
ПОЛДНИК						
	Печенье	30	18,45	14,15	18,13	270,96
	Чай без сахара	200	0,13	0,00	0,02	1,13
	Молоко	100	0,44	0,44	10,89	52,22
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	190	18,89	14,59	29,02	323,18
УЖИН						
	Запеканка из творога со сушеными	190	16,07	12,77	28,88	294,54
	Молоком	150	0,06	0,00	9,99	38,49
	Чай	380	19,29	13,17	58,19	418,47
	ИТОГО ЗА УЖИН	2135	88,39	73,47	288,62	2145,81
	ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:	2135	88,39	73,47	288,62	2145,81
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	2135	88,39	73,47	288,62	2145,81