



СОГЛАСОВАНО

Заведующий МАДОУ "Дашенька 111"
Зиннатуллина Л.С.
2 Сентября 2022

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: дети 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углевод	
День 10						
ЗАВТРАК	Каша жидкая кукурузная	150	3,42	3,39	22,03	131,81
	Бутерброды с маслом	35	2,36	2,34	16,03	94,72
	Чай с лимоном	150	0,09	0,00	11,37	44,59
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК						271,12
ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый	100	0,80	0,20	7,50	38
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2						38
ОБЕД	Рассольник со сметаной	150	4,79	6,17	12,95	127,04
	Макаронник с мясом	120	11,10	8,76	19,28	200,48
	зеленый горошек консервированный	30	6,90	0,36	15,99	90,81
	Компот из яблок	150	0,19	0,09	14,92	58,73
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44
	ИТОГО ЗА ОБЕД					
ПОЛДНИК	Молоко пастеризованное	100	2,90	3,20	4,70	60
	Яйца вареные	41	5,21	4,72	0,29	64,37
	Чай без сахара	150	0,04	0,00	0,01	0,43
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК						124,8
УЖИН	Калуста тушеная с мясом	140	12,45	13,34	10,60	214,44
	Чай без сахара	150	0,04	0,00	0,01	0,43
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
ИТОГО ЗА УЖИН						311,44
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						1307,86
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:						1307,86
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:						1307,86