



СОГЛАСОВАНО

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория:  
 Дети от 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углевод	
День 7						
ЗАВТРАК	Каша жидкая дружба Рис и пшено	150	3,95	4,17	21,87	140,46
	Бутерброды с маслом	35	2,36	2,34	16,03	94,72
	Чай с вареньем	180	0,13	0,00	13,97	60,14
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>365</b>	<b>6,44</b>	<b>6,51</b>	<b>51,87</b>	<b>295,32</b>
ЗАВТРАК 2	Фрукты	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	Борщ со сметаной	150	4,74	5,48	14,39	126,21
	Гуляш из отварного мяса	90	12,65	14,55	4,50	199,97
	Рис отварной	110	3,05	2,68	31,72	163,19
	Кисель ягодный	150	0,00	0,00	2,93	11,92
	кукуруза консервированная	20	0,44	0,08	2,24	11,6
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>560</b>	<b>24,04</b>	<b>23,19</b>	<b>75,10</b>	<b>598,33</b>
ПОПДНИК	Гренки с сыром	50	8,52	9,81	15,90	185,91
	Чай с сахаром	150	0,04	0,00	9,99	38,35
	снежок	100	2,70	2,50	10,80	79
<b>ИТОГО ЗА ПОПДНИК</b>		<b>300</b>	<b>11,26</b>	<b>12,31</b>	<b>36,69</b>	<b>303,26</b>
УЖИН	Суп молочный с макаронными изделиями	150	3,48	4,02	15,89	113,27
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
	Чай без сахара	150	0,04	0,00	0,01	0,43
	печенье	20	2,62	4,13	26,21	145,98
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>340</b>	<b>7,72</b>	<b>8,35</b>	<b>51,77</b>	<b>302,4</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1665</b>	<b>49,86</b>	<b>50,76</b>	<b>225,23</b>	<b>1546,31</b>
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1665</b>	<b>49,86</b>	<b>50,76</b>	<b>225,23</b>	<b>1546,31</b>
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1665</b>	<b>49,86</b>	<b>50,76</b>	<b>225,23</b>	<b>1546,31</b>