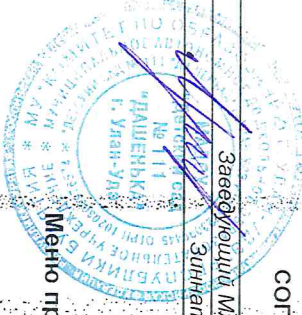


СОГЛАСОВАНО

Заведующий МАДОУ №111
Зиннатуллина Л.С.



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	
			Белки	Жиры	Углевод		
День 7							
ЗАВТРАК	Каша жидкая дружба Рис и пшено	150-200	3,95	4,17	21,87	140,46	
	Бульбуроды с маслом	35/45	2,36	2,34	16,03	94,72	
	Чай с вареньем	180/20-30	0,13	0,00	13,97	60,14	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		365	6,44	6,51	51,87	295,32	
ЗАВТРАК 2	Фрукты	100	0,80	0,20	7,50	38	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,80	0,20	7,50	38	
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	250	8,63	11,40	22,53	228,45	
	Рыба, запеченная с овощами	80/100	13,64	9,29	0,63	140,53	
	Рис отварной	80-100	3,05	2,68	31,72	163,19	
	Кисель быстрого приготовления	150-200	0,00	0,00	2,93	11,92	
	Кукуруза консервированная	30-50	0,44	0,08	2,24	11,6	
	Хлеб пшеничный	50	3,16	0,40	19,32	85,44	
	Соус молочный	30	0,52	1,57	1,88	24	
	ИТОГО ЗА ОБЕД		650	29,44	25,42	81,25	665,13
	ПОЛДНИК	печенье	20-30	2,62	4,13	26,21	145,98
		Чай без сахара	150-200	0,04	0,00	0,01	0,43
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	снежок	100	2,70	2,50	10,80	79	
УЖИН	Макаронны отварные с сыром.	120/140	5,36	6,63	37,02	225,41	
	Хлеб пшеничный	20	7,36	6,30	20,09	166,24	
	Чай с сахаром	150-200	1,58	0,20	9,66	42,72	
ИТОГО ЗА УЖИН		120	0,00	0,00	0,00	0	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1505	8,94	6,60	29,75	208,96	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1505	50,98	45,26	207,39	1432,82	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1505	50,98	45,26	207,39	1432,82	