

СОГЛАСОВАНО
Заведующим МАДОУ № 111

(должность)

Зиннатуллина Л.С. (ФИО)

1 день (дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
категория: сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углевод	
День 1						
ЗАВТРАК	Каша жидкая рисовая	200	4,68	4,68	29,22	177,3
	Бутерброды с сыром	61	6,66	8,94	21,49	193,11
	Какао с молоком	200	3,76	3,88	17,42	118,56
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		461	15,10	17,50	68,13	488,97
ЗАВТРАК 2	Напиток из плодов шиповника	100	0,13	0,00	8,65	33,8
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,13	0,00	8,65	33,8
ОБЕД	Суп крестьянский со сметаной	250	7,38	9,18	16,07	177,3
	Гуляш из отварного мяса	90	13,04	17,06	5,47	228,09
	Гречка рассыпчатая с маслом	130	7,33	4,46	32,94	201,73
	зеленый горошек консервированный	30	6,90	0,36	15,99	90,81
	Компот из яблок	200	0,26	0,12	19,90	78,3
	Хлеб пшеничный 12 ч	30	2,37	0,30	14,49	64,08
ИТОГО ЗА ОБЕД		730	37,28	31,48	104,86	840,31
ПОЛДНИК	печенье	30	3,94	6,19	39,32	218,98
	Чай без сахара	200	0,08	0,00	0,02	0,76
	Молоко кипяченое	100	2,90	3,20	4,70	60
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		330	6,92	9,39	44,04	279,74
УЖИН	Запеканка из творога со сгущенным молоком	90	18,49	14,11	16,61	264,92
	Чай без сахара	200	0,06	0,00	0,02	0,58
	Хлеб пшеничный 12 ч	30	2,37	0,30	14,49	64,08
ИТОГО ЗА УЖИН		320	20,92	14,41	31,12	329,58
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1941	80,35	72,78	256,80	1972,4
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1941	80,35	72,78	256,80	1972,4
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1941	80,35	72,78	256,80	1972,4