

СОГЛАСОВАНО

И.О. Заведующего МАДОУ 111

"Дашенька"

Черкасова Е.В.

22.06.2023 г.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория:

Дети 3-7 лет



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>День 4</b>						
ЗАВТРАК	Каша жидкая сборная	200	5,32	5,56	27,64	181,5
	Булгуровый суп с маслом	45	2,97	5,07	19,93	137,45
	Чай с лимоном	200	0,18	0,00	15,18	60,04
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>445</b>	<b>8,47</b>	<b>10,63</b>	<b>62,75</b>	<b>378,99</b>
ЗАВТРАК 2	Бюбюгурт	100	2,70	2,50	10,80	79
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>2,70</b>	<b>2,50</b>	<b>10,80</b>	<b>79</b>
ОБЕД	Суп картофельный с крупой	200	5,28	6,50	14,44	137,66
	Калуга тушенная с мясом	70-80	19,68	16,77	16,77	297,52
	Огурец свежий	25/30	0,24	0,03	0,75	4,2
	Кисель	200	0,08	0,02	24,62	96,24
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>630</b>	<b>28,44</b>	<b>23,72</b>	<b>75,90</b>	<b>621,06</b>
ПОЛДНИК	Пряник	30	9,20	7,88	25,11	207,8
	чай с сахаром	180	0,04	0,00	0,00	0,38
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>210</b>	<b>9,24</b>	<b>7,88</b>	<b>25,11</b>	<b>208,18</b>
УЖИН	картофель отварной	405	9,74	7,88	35,21	250,4
	Чай с сахаром	80-90	12,35	11,72	29,18	272,34
	Хлеб пшеничный	200	0,12	0,00	0,02	1,14
	Хлеб пшеничный	15	3,16	0,04	19,32	85,44
	Сельдь соленая	18/23	3,16	0,40	19,32	85,44
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>420</b>	<b>15,63</b>	<b>12,12</b>	<b>48,52</b>	<b>358,92</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>2000</b>	<b>64,98</b>	<b>56,85</b>	<b>233,18</b>	<b>1688,37</b>
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>2000</b>	<b>64,98</b>	<b>56,85</b>	<b>233,18</b>	<b>1688,37</b>
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>2000</b>	<b>64,98</b>	<b>56,85</b>	<b>233,18</b>	<b>1688,37</b>