



Согласовано  
Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория:  
Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 6</b>							
ЗАВТРАК	Каша жидкая манная	200	5,04	5,24	24,88	166,44	
	Чай без сахара	180	0,13	0,00	0,02	1,13	
	Булгурборды с маслом конфеты	45	2,97	5,07	19,93	137,45	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		455	10,12	14,09	61,69	416,53	
ЗАВТРАК 2	Молоко	100	0,19	0,00	12,97	50,7	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		350	1,19	0,00	33,17	135,14	
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем	250	8,25	10,40	19,15	204,6	
	Каша рассыпчатая (Гречка)	100	5,04	3,77	22,56	144,61	
	зеленый горошек консервированный	30	6,90	0,36	15,99	90,81	
	Компот из сушеных фруктов	200	0,04	0,00	18,28	69,54	
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44	
	Бигочки мясные	50-60	14,96	15,41	7,89	229,95	
	Соус томатный	40	0,55	1,28	3,36	27,34	
	ИТОГО ЗА ОБЕД		760	38,90	31,62	106,55	852,49
	ПОЛДНИК	Печенье	20	18,45	14,15	18,13	270,96
		Чай без сахара	180	0,00	0,00	0,00	0
Напиток из плодов шиповника		100	0,44	0,44	10,89	52,22	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		190	18,89	14,59	29,02	323,18	
УЖИН	Королевская ватрушка	80	16,07	12,77	28,88	294,54	
	Чай	150	0,06	0,00	9,99	38,49	
ИТОГО ЗА УЖИН		380	19,29	13,17	56,19	418,47	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2135	88,39	73,47	288,62	2145,81	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2135	88,39	73,47	288,62	2145,81	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2135	88,39	73,47	288,62	2145,81	