

Утверждаю



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: сад 12 ч

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. Цен.
			Белки	Жиры	Углев	
День 10						
ЗАВТРАК	Каша жидкая кукурузная	200	4,56	4,52	29,38	175,74
	Бутерброды с маслом	45	3,06	4,23	20,65	133,1
	Чай с сахаром	200	0,06	0,00	10,00	38,48
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		445	7,68	8,75	60,03	347,32
ЗАВТРАК 2	бананы	200	1,50	0,50	21,00	192
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	1,50	0,50	21,00	192
ОБЕД	Рассольник со сметаной	200	6,38	8,22	17,26	169,38
	Макаронник с мясом	160	14,56	11,66	24,38	260,59
	зеленый горошек консервированный	30	6,90	0,36	15,99	90,81
	Компот из с/ф	200	0,02	0,00	13,42	51,04
	Хлеб пшеничный 12 ч	30	2,37	0,30	14,49	64,08
ИТОГО ЗА ОБЕД		620	30,23	20,54	85,54	635,9
ПОЛДНИК	Яйца вареные	41	5,21	4,72	0,29	64,37
	Чай без сахара	200	0,06	0,00	0,02	0,58
	печенье	30	3,94	6,19	39,32	218,98
	Молоко кипяченое	100	2,90	3,20	4,70	60
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		371	12,11	14,11	44,33	343,93
УЖИН	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	4,84	6,36	10,68	119,6
	Чай без сахара	200	0,06	0,00	0,02	0,58
	Конфета	30	1,98	3,78	16,86	111,51
	Хлеб пшеничный 12 ч	30	2,37	0,30	14,49	64,08
ИТОГО ЗА УЖИН		430	7,27	6,66	25,19	184,26
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1966	58,79	50,56	236,09	1814,9
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1966	58,79	50,56	236,09	1814,9
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1966	58,79	50,56	236,09	1814,9