

Утверждаю
Заведующий МАДОУ
№111

(должность)

Зиннатуллина Л.С. (ФИО)

4 день

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
категория: сад 12 ч

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углев	
День 4						
ЗАВТРАК	Каша жидкая сборная	200	5,92	7,02	28,96	202,38
	Бутерброды с маслом	45	3,06	4,23	20,65	133,1
	Чай с лимоном	200	0,12	0,00	15,16	59,46
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		445	9,10	11,25	64,77	394,94
ЗАВТРАК 2	Сок	100	0,50	0,00	10,10	42,22
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,50	0,00	10,10	42,22
ОБЕД	Суп картофельный с крупой	200	5,24	7,06	11,74	131,62
	Голубцы ленивые	140	13,36	17,15	15,33	284,77
	Соус молочный	30	1,12	1,93	4,42	40,03
	огурец свежий	30	0,24	0,03	0,75	4,2
	Кисель из плодов или ягод свежих	200	0,14	0,10	20,78	82,76
	Хлеб пшеничный 12 ч	30	2,37	0,30	14,49	64,08
ИТОГО ЗА ОБЕД		630	22,47	26,57	67,51	607,46
ПОЛДНИК	Пряники	30	1,44	0,84	23,31	100,74
	Чай без сахара	200	0,06	0,00	0,02	0,58
	Йогурт	100	2,70	2,50	10,80	79
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		330	4,20	3,34	34,13	180,32
УЖИН	Картофель отварной	130	2,56	3,50	20,20	122,45
	сельдь с/с	40	7,00	0,80	0,00	35,2
	Чай с сахаром	200	0,06	0,00	10,00	38,48
	Хлеб пшеничный 12 ч	30	2,37	0,30	14,49	64,08
ИТОГО ЗА УЖИН		400	11,99	4,60	44,69	260,21
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1905	48,26	45,76	221,20	1485,2
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1905	48,26	45,76	221,20	1485,2
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1905	48,26	45,76	221,20	1485,2