

СОГЛАСОВАНО

И.о. Заведующего МАДОУ 111

«Дашенька»

Директор Дюлдина А.А.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория:

Дети 3-7 лет



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
День 4						
ЗАВТРАК	Каша жидкая сборная	200	5,32	5,56	27,64	181,5
	Бутерброды с маслом	45	2,97	5,07	19,93	137,45
	Чай с лимоном	200	0,18	0,00	15,18	60,04
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		445	8,47	10,63	62,75	378,99
ЗАВТРАК 2	Биойогурт	100	2,70	2,50	10,80	79
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	2,70	2,50	10,80	79
ОБЕД	Суп картофельный с круглой	200	5,28	6,50	14,44	137,66
	Капуста тушеная 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
		40	3,16	0,40	19,32	85,44
	Хлеб пшеничный	630	28,44	23,72	75,90	621,06
ИТОГО ЗА ОБЕД		630	28,44	23,72	75,90	621,06
ПОЛДНИК	Пряник	30	9,20	7,88	25,11	207,8
	Чай с сахаром	180	0,04	0,00	0,00	0,38
	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	10,10	42,22
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		405	9,74	7,88	35,21	250,4
УЖИН	картофель отварной	80-90	12,35	11,72	29,18	272,34
	Чай с сахаром	200	0,12	0,00	0,02	1,14
	Хлеб пшеничный	15	3,16	0,04	19,32	85,44
	Сельдь соленная	18/23	3,16	0,40	19,32	85,44
ИТОГО ЗА УЖИН		420	15,63	12,12	48,52	358,92
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2000	64,98	56,85	233,18	1688,37
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2000	64,98	56,85	233,18	1688,37
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2000	64,98	56,85	233,18	1688,37