



СОГЛАСОВАНО

Заведующий МАДОУ "Дашенька" 111

Зиннатуллина Л.С

День 5

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: дети от 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
День 5					
ЗАВТРАК	Каша жидкая пшенная	150	4,37	4,41	20,52
	Бутерброды с маслом.с вареньем	40	2,36	2,34	16,03
	Чай	150	0,11	0,00	10,33
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		335	6,84	6,75	46,88
ЗАВТРАК 2	Фрукты	100	1,50	0,50	21,00
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	1,50	0,50	21,00
ОБЕД	Суп Свекольник со сметаной	150	4,74	5,48	14,39
	Бефстроганов из печени	60	10,82	6,98	6,50
	Рис отварной	110	3,05	2,68	31,72
	зеленый горошек консервированный	30	6,90	0,36	15,99
	Компот из яблок	150	0,24	0,08	14,58
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32
ИТОГО ЗА ОБЕД		540	28,91	15,98	102,50
ПОЛДНИК	Чай с сахаром	150	0,04	0,00	7,50
	Молоко	100	2,90	3,20	4,70
	Яйца вареные	41	5,21	4,72	0,29
	печенье	20	2,62	4,13	26,21
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		311	10,77	12,05	38,70
УЖИН	Макаронные изделия отварные с маслом	120	3,11	2,95	8,06
	Чай с сахаром	150	0,04	0,00	7,50
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66
ИТОГО ЗА УЖИН		290	4,73	3,15	25,22
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1576	52,75	38,43	234,30
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1576	52,75	38,43	234,30
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1576	52,75	38,43	234,30