



СОГЛАСОВАНО

Заведующий МАДОУ №111 "Дашенька"

Зинатуллина Л.С.

26.02.2024

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
я
категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жир	Углев		
День 6							
ЗАВТРАК	Каша жидкая манная	150	3,07	3,43	15,60	105,4	185.4a
	Бутерброды с маслом	35	2,67	3,41	18,06	113,71	1.2a
	конфета	15	0,21	1,23	10,41	53,85	15.2
	Чай без сахара	180	0,04	0,00	0,00	0,25	391.1a
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		380	5,99	8,07	44,07	273,21	
ЗАВТРАК 2	Фрукты	100	1,50	0,50	21,00	96	11
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	1,50	0,50	21,00	96	
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем	150	4,80	5,90	11,54	119,17	676
	Биточки мясные	70	10,11	7,66	7,22	238,21	287.1
	Гречка рассыпчатая с маслом	110	4,26	3,09	19,07	121,34	165.5 a
	Соус томатный	20	0,45	1,26	2,60	23,82	348.1 a
	зеленый горошек консервированный	30	6,90	0,36	15,99	90,81	12. a
	Компот из с/ф	150	0,03	0,00	12,54	47,64	376. a
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	701.1
ИТОГО ЗА ОБЕД		550	28,13	18,47	78,62	583,71	
ПОЛДНИК	Молоко	100	2,90	3,20	4,70	60	400
	булочка сахарная	50	5,29	3,74	37,80	207,4	462.1a
	Чай без сахара	180	0,00	0,00	0,00	0	391.3a
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		150	8,19	6,94	42,50	267,4	
УЖИН	Яйца вареные	41	5,21	4,72	0,29	164,37	213. a
	Чай с сахаром	150	0,03	0,00	3,75	14,43	392.1a
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	701.1
ИТОГО ЗА УЖИН		211	6,82	4,92	13,70	121,52	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1391	50,63	38,90	199,89	1641,84	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1391	50,63	38,90	199,89	1641,84	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1391	50,63	38,90	199,89	1641,84	