



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 3-7 лет 12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность	№ рецен туры
			Белки	Жиры	Углевод		
День 3							
ЗАВТРАК	Каша жидкая ячневая	200	4,94	5,30	23,82	162,32	185,46
	Бутерброды с сыром	60	6,55	8,79	21,14	189,94	3.а
	Цикорий с молоком	200	3,38	3,50	16,00	107,92	395
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		460	14,87	17,59	60,96	460,18	
ЗАВТРАК 2	Напиток из плодов шиповника	100	0,40	0,00	15,98	63,5	398 а
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,40	0,00	15,98	63,5	
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми	200	8,90	6,90	24,92	197,9	87 а
	Гренки из пшеничного хлеба	10	0,08	0,01	0,48	2,14	115 а
	Гуляш из отварного мяса	70	9,04	12,54	4,26	166,49	277.1а
	Макаронные изделия отварные	130	5,94	4,29	36,28	207,27	317.а
	помидор свежий	50	0,30	0,10	2,10	9,95	56а
	Компот из апельсинов	200	0,46	0,06	19,70	78,22	374.а
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,8	701.1
ИТОГО ЗА ОБЕД		710	28,67	24,40	111,89	768,77	
ПОЛДНИК	булочка сахарная	60	6,37	5,10	45,38	254,55	462.1а
	Йогурт	200	6,00	6,40	9,40	120	404 а
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		260	12,37	11,50	54,78	374,55	
УЖИН	плов с мясом	160	10,99	13,02	38,91	317,06	294.1а
	Чай без сахара	200	0,06	0,00	0,02	0,58	391.2а
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	701.4
ИТОГО ЗА УЖИН		390	13,42	13,32	53,42	381,72	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1920	69,73	66,81	297,03	2048,72	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1920	69,73	66,81	297,03	2048,72	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1920	69,73	66,81	297,03	2048,72	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176582781996954633309689447090513787464982389990

Владелец Зиннатуллина Лариса Сергеевна

Действителен с 11.03.2024 по 11.03.2025