



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: сад 12 ч

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность |
|------------------------------------|---------------------------------|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|
| | | | Белки | Жиры | Углевод | |
| День 8 | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша жидкая гречневая | 200 | 5,72 | 6,50 | 23,82 | 176,54 |
| | Бутерброды с маслом | 45 | 2,94 | 3,49 | 19,89 | 122,88 |
| | Цикорий с молоком | 200 | 3,38 | 3,50 | 16,00 | 107,92 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 445 | 12,04 | 13,49 | 59,71 | 407,34 |
| ЗАВТРАК 2 | Напиток из плодов шиповника | 100 | 0,40 | 0,00 | 15,98 | 63,5 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2 | | 100 | 0,40 | 0,00 | 15,98 | 63,5 |
| ОБЕД | Суп картофельный с крупой Манка | 200 | 4,92 | 7,30 | 10,88 | 129,16 |
| | Гренки из пшеничного хлеба | 15 | 1,77 | 0,69 | 12,14 | 61,9 |
| | Жаркое по домашнему | 180 | 15,89 | 14,06 | 29,18 | 307,4 |
| | Компот из апельсинов | 200 | 0,46 | 0,06 | 19,70 | 78,22 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,95 | 0,50 | 24,15 | 106,8 |
| | помидор свежий | 30 | 0,18 | 0,06 | 1,26 | 5,97 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 675 | 27,17 | 22,67 | 97,31 | 689,45 |
| ПОЛДНИК | Пицца "Детская" | 110 | 20,35 | 17,97 | 33,10 | 377,73 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,06 | 0,00 | 10,00 | 38,48 |
| | Йогурт | 200 | 6,00 | 6,40 | 9,40 | 120 |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | | 510 | 26,41 | 24,37 | 52,50 | 536,21 |
| УЖИН | Каша жидкая рисовая | 200 | 5,02 | 6,76 | 31,48 | 206,32 |
| | Чай без сахара | 200 | 0,06 | 0,00 | 0,02 | 0,58 |
| | Хлеб пшеничный 12 ч | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 64,08 |
| ИТОГО ЗА УЖИН | | 430 | 7,45 | 7,06 | 45,99 | 270,98 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 2160 | 73,47 | 67,59 | 271,49 | 1967,48 |
| ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД: | | 2160 | 73,47 | 67,59 | 271,49 | 1967,48 |
| СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД: | | 2160 | 73,47 | 67,59 | 271,49 | 1967,48 |