



СОГЛАСОВАНО

Заведующий МАДОУ №111 "Дашенька"  
Зиннатуллина Л.С.  
5 День

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория:  
Дети сад 12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод		
День 5							
ЗАВТРАК	Каша жидкая пшенная	200	5,82	5,88	27,36	185,22	185.12a
	Бутерброды с маслом	45	3,06	4,23	20,65	133,1	1.2a
	Чай с вареньем	200	0,14	0,00	13,78	59,46	392.16
		<b>445</b>	<b>9,02</b>	<b>10,11</b>	<b>61,79</b>	<b>377,78</b>	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		150	0,60	0,60	14,70	70,5	10
ЗАВТРАК 2	Фрукты	150	0,60	0,60	14,70	70,5	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		200	6,32	7,30	19,18	168,28	56.1a a
ОБЕД	Суп Свекольник со сметаной	70	12,84	8,32	7,88	158,92	277.1
	бефстроганов из печени	130	3,60	3,17	37,49	192,86	315.a
	Рис отварной						
	Компот из сушеных фруктов (яблоко, чернослив и изюм)	200	0,46	0,06	20,14	79,36	376.1a
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	106,8	701.1
	зеленый горошек консервированный	50	11,50	0,60	26,65	151,35	12.a
ИТОГО ЗА ОБЕД		700	38,67	19,95	135,49	857,57	
ПОЛДНИК	печенье	50	6,56	10,32	65,54	364,96	20
	Йогурт	200	6,00	6,40	9,40	120	404 a
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	12,56	16,72	74,94	484,96	
УЖИН	Макаронные изделия отварные с маслом	140	5,17	3,16	24,79	148,19	205
	Чай без сахара	200	0,06	0,00	0,02	0,58	391.1a
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	701.1a
	конфеты	15	0,99	1,89	8,43	55,76	15a
ИТОГО ЗА УЖИН		385	8,59	5,35	47,73	268,61	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1930	69,44	52,73	334,65	2059,42	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1930	69,44	52,73	334,65	2059,42	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1930	69,44	52,73	334,65	2059,42	