



СОГЛАСОВАНО

Заседание МАДОУ № 111 "Дашенька"
Зиннатуллина Л.С.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастна
я
категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
День 2						
ЗАВТРАК	Каша жидкая геркулесовая	200	5,42	7,52	22,14	177,66
	Бутерброды с маслом	45	3,44	4,38	23,22	146,2
	Чай без сахара	200	0,04	0,00	0,00	0,28
	конфета	15	0,21	1,23	10,41	53,85
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		460	9,11	13,13	55,77	377,99
ЗАВТРАК 2	фрукты	100	1,20	0,30	11,25	57
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		150	1,20	0,30	11,25	57
ОБЕД	Суп с вермешелью	200	7,12	9,10	21,40	196,9
	Рыба, запеченная с овощами (минтай)	90	21,56	8,67	8,96	199,77
	Соус томатный	30	0,23	1,17	1,26	16,66
	Пюре картофельное	150	5,28	4,01	37,92	209,47
	кукуруза консервированная	40	1,10	0,20	5,60	29
	Кисель из свежих ягод	200	0,00	0,00	4,34	17,68
	Хлеб пшеничный	40	3,95	0,50	24,15	106,8
ИТОГО ЗА ОБЕД		770	39,24	23,65	103,63	776,28
ПОЛДНИК	Чай без сахара	200	0,08	0,00	0,02	0,76
	Булочка сахарная	60	6,35	4,49	45,36	248,88
	Снежок	100	3,90	4,16	6,11	78
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		390	10,33	8,65	51,49	327,64
УЖИН	Суп молочный с макаронными изделиями	200	4,66	6,60	21,22	162,34
	Чай без сахара	200	0,04	0,00	0,00	0,28
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08
ИТОГО ЗА УЖИН		430	7,07	6,90	35,71	226,7
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2200	66,95	52,63	257,85	1765,61
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		2200	66,95	52,63	257,85	1765,61
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		2200	66,95	52,63	257,85	1765,61