Утверждаю:
Заведующий _____Долгополова Е.А.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МКДОУ д/с № 11

3 Ноября 2022г.

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества,г.			Энергет. ценность (ккал)	Номер рецептуры
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
Каша ячневая молочная		**205**	**6,00**	**7,00**	**27,00**	**188,00**	***99/1***
Батон с маслом с сыром		**35**	**4,00**	**6,00**	**18,00**	**142,00**	***337/1***
Чай с сахаром		**200**			**13,00**	**51,00**	***263/1***
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		***440***	***9,68***	***12,64***	***57,26***	***381,31***	
10 ЧАСОВ							
Апельсины		**80**	**1,00**		**6,00**	**29,00**	
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ		***80***	***0,72***		***6,48***	***28,80***	
ОБЕД							
Отварная свекла кусочком		**30**	**1,00**		**6,00**	**28,00**	***/0***
Суп картофельный с зеленым горошком и		**220**	**9,00**	**12,00**	**13,00**	**195,00**	***36/1***
сметаной на кур.бульоне							
Картофельное пюре		**150**	**2,00**	**4,00**	**15,00**	**105,00**	***206/1***
Печень по строгановски *		**40**	**14,00**	**9,00**	**9,00**	**169,00**	***162/1***
Сок		**150**	**1,00**		**15,00**	**64,00**	
Хлеб ржаной		**50**	**5,00**	**1,00**	**32,00**	**155,00**	***338/1***
ИТОГО ЗА ОБЕД		***640***	***32,15***	***25,69***	***88,94***	***715,32***	
ПОЛДНИК							
Вафли		**29**	**1,00**	**1,00**	**22,00**	**102,00**	
Йогурт 2,5%		**130**	**7,00**	**4,00**	**11,00**	**108,00**	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		***159***	***7,31***	***5,12***	***33,54***	***209,48***	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		***1319***	***50,00***	***43,00***	***186,00***	***1335,00***	