Утверждаю:
Заведующий _____Долгополова Е.А.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МКДОУ д/с № 11

7 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 пшенная молочная вязкая		**205**	**7,00**	**8,00**	**28,00**	**210,00**	***340/1***
Батон с маслом с сыром		**35**	**4,00**	**6,00**	**17,00**	**136,00**	***337/1***
Кофейный напиток с молоком		**180**	**5,00**	**4,00**	**14,00**	**108,00**	***253/1***
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		***420***	***15,14***	***17,52***	***58,85***	***453,37***	
ОБЕД							
Щи из св. капусты с картофелем и сметаной		**220**	**6,00**	**5,00**	**14,00**	**127,00**	***145/1***
на курин.бульоне							
Каша гречневая с маслом		**150**	**6,00**	**6,00**	**29,00**	**194,00**	***186/1***
Гуляш из говядины		**80**	**10,00**	**10,00**	**2,00**	**138,00**	***152/1***
Компот из смеси сухофруктов		**180**			**4,00**	**17,00**	***241/1***
Хлеб ржаной		**50**	**4,00**	**1,00**	**28,00**	**135,00**	***338/1***
ИТОГО ЗА ОБЕД		***680***	***27,32***	***21,98***	***76,20***	***611,86***	
ПОЛДНИК							
Булочка "Домашняя"		**70**	**6,00**	**12,00**	**45,00**	**313,00**	***274/1***
Чай с сахаром		**200**			**4,00**	**16,00**	***263/1***
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		***270***	***6,24***	***12,09***	***48,81***	***328,97***	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		***1370***	***49,00***	***52,00***	***184,00***	***1394,00***	