Утверждаю:
Заведующий _____Долгополова Е.А.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МКДОУ д/с № 11

7 Декабря 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		**150**	**6,00**	**7,00**	**23,00**	**180,00**	***340/1***
Батон с маслом		**24**	**2,00**	**4,00**	**16,00**	**110,00**	***387/1***
Кофейный напиток с молоком 1		**150**	**2,00**	**1,00**	**14,00**	**75,00**	***253/1***
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		***324***	***10,18***	***11,93***	***54,21***	***364,90***	
10 ЧАСОВ							
Яблоки		**80**			**8,00**	**36,00**	
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ		***80***	***0,32***	***0,32***	***7,84***	***35,52***	
ОБЕД							
Свекольник на кур.бул. со сметаной		**180**	**2,00**	**4,00**	**11,00**	**84,00**	***34/2***
Макароные изделия отварные		**110**	**5,00**	**1,00**	**31,00**	**153,00**	***194/1***
Гуляш из говядины		**40**	**14,00**	**13,00**	**5,00**	**188,00**	***152/1***
Сок		**150**	**1,00**		**15,00**	**64,00**	
Хлеб ржаной		**40**	**5,00**	**1,00**	**33,00**	**162,00**	***338/1***
ИТОГО ЗА ОБЕД		***520***	***25,81***	***18,59***	***95,19***	***651,26***	
ПОЛДНИК							
Рогалик с повидлом		**60**	**6,00**	**8,00**	**47,00**	**289,00**	***149/6***
Молоко кипяченое		**150**	**3,00**	**3,00**	**5,00**	**53,00**	***255/1***
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		***210***	***9,21***	***10,88***	***51,85***	***342,01***	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		***1134***	***46,00***	***42,00***	***209,00***	***1394,00***	