

Утверждаю:
Заведующий _____ Долгополова Е.А.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад МКДОУ д/с № 11

9 Января 2023г.

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 пшениная молочная жидкая		205	6,00	6,00	32,00	211,00	96/1
Батон с маслом, с сыром		36	5,00	7,00	22,00	169,00	332/1
Чай без сахара		180					944/4
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		421	10,99	12,94	54,75	379,36	
10 ЧАСОВ							
Яблоки		101			10,00	45,00	
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ		101	0,40	0,40	9,92	44,94	
ОБЕД							
Свекольник на кур.бул. со сметаной		250	2,00	5,00	14,00	109,00	34/2
Каша гречневая с маслом		150	8,00	6,00	38,00	240,00	186/1
Гуляш из говядины		40	14,00	14,00	2,00	188,00	152/1
Кисель из плодового или ягодного концентрата		200			12,00	47,00	233/1
Хлеб ржаной		50	7,00	1,00	44,00	215,00	338/1
ИТОГО ЗА ОБЕД		690	31,74	26,20	109,08	798,94	
ПОЛДНИК							
Булочка "Российская"		60	7,00	8,00	39,00	258,00	276/1
Чай с сахаром		200			6,00	25,00	263/1
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		260	7,33	8,04	45,38	283,13	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1472	50,00	48,00	219,00	1506,00	