Утверждаю:
Заведующий _____Долгополова Е.А.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МКДОУ д/с № 11

10 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 пшеничная молочная жидкая		**200**	**8,00**	**8,00**	**31,00**	**228,00**	***91/1***
Батон с маслом		**30**	**3,00**	**5,00**	**19,00**	**128,00**	***387/1***
Какао с молоком (1 вар)		**180**	**3,00**	**2,00**	**14,00**	**89,00**	***248/1***
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		***410***	***13,55***	***14,91***	***63,97***	***444,13***	
10 ЧАСОВ							
Яблоки		**78**			**8,00**	**35,00**	
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ		***78***	***0,31***	***0,31***	***7,62***	***34,53***	
ОБЕД							
Рассольник ленинградский со см. на		**288**	**6,00**	**10,00**	**15,00**	**176,00**	***33/1***
кур.бульоне							
Картофельное пюре*		**130**	**2,00**	**5,00**	**15,00**	**119,00**	***206/2***
Тефтели рыбные в томатном соусе		**75**	**11,00**	**7,00**	**9,00**	**149,00**	***146/1***
Компот из смеси сухофруктов		**180**			**8,00**	**34,00**	***241/1***
Хлеб пшеничный		**45**	**6,00**	**1,00**	**38,00**	**182,00**	**-**
ИТОГО ЗА ОБЕД		***718***	***26,43***	***23,69***	***85,35***	***660,19***	
ПОЛДНИК							
Омлет натуральный		**100**	**12,00**	**14,00**	**3,00**	**184,00**	***110/1***
Чай с сахаром		**200**			**1,00**	**4,00**	***263/1***
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		***300***	***11,93***	***13,61***	***4,54***	***188,29***	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		***1506***	***52,00***	***53,00***	***161,00***	***1327,00***	