

Утверждаю:

Заведующий _____ Долгополова Е.А.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МКДОУ д/с № 11

14 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		184	6,00	7,00	23,00	180,00	340/1
Батон с маслом с сыром		28	3,00	5,00	10,00	93,00	337/1
Кофейный напиток с молоком		150	4,00	3,00	15,00	107,00	253/1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		362	12,70	14,65	49,05	378,91	
10 ЧАСОВ							
Сок		80			8,00	34,00	
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ		80	0,40		8,08	33,92	
ОБЕД							
Суп картофельный с зеленым горошком и сметаной на кур.бульоне		150	2,00	3,00	8,00	67,00	36/1
Каша гречневая с маслом		130	4,00	1,00	17,00	92,00	186/1
Гуляш из говядины		70	8,00	8,00	2,00	116,00	152/1
Компот из смеси сухофруктов		150			6,00	26,00	241/1
Хлеб пшеничный		40	3,00		20,00	94,00	-
ИТОГО ЗА ОБЕД		540	16,89	12,82	52,83	394,08	
ПОЛДНИК							
Сырники творожные, запечённые		90	24,00	7,00	10,00	202,00	133/9
Молоко кипяченое		150	5,00	4,00	7,00	84,00	255/1
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		240	28,82	11,40	16,94	285,57	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1222	59,00	39,00	127,00	1092,00	