

Утверждаю:  
Заведующий \_\_\_\_\_ Долгополова Е.А.

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МКДОУ д/с № 11

16 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		
<b>ЗАВТРАК</b>							
	<i>Каша ячневая молочная</i>	<b>205</b>	<b>6,00</b>	<b>7,00</b>	<b>28,00</b>	<b>203,00</b>	<b>99/1</b>
	<i>Хлеб ржаной с маслом</i>	<b>30</b>	<b>2,00</b>	<b>3,00</b>	<b>13,00</b>	<b>82,00</b>	<b>-</b>
	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	<b>180</b>	<b>5,00</b>	<b>4,00</b>	<b>14,00</b>	<b>110,00</b>	<b>253/1</b>
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>415</b>	<b>12,96</b>	<b>13,76</b>	<b>54,93</b>	<b>395,42</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	<i>Бананы</i>	<b>100</b>	<b>2,00</b>	<b>1,00</b>	<b>21,00</b>	<b>95,00</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>1,50</b>	<b>0,50</b>	<b>21,00</b>	<b>94,50</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	<i>Рассольник ленинградский со сметаной</i>	<b>200</b>	<b>6,00</b>	<b>8,00</b>	<b>15,00</b>	<b>153,00</b>	<b>33/1</b>
	<i>Картофельное пюре</i>	<b>130</b>	<b>2,00</b>	<b>2,00</b>	<b>15,00</b>	<b>91,00</b>	<b>206/1</b>
	<i>Рыба тушеная в томате с овощами</i>	<b>50</b>	<b>13,00</b>	<b>6,00</b>	<b>7,00</b>	<b>135,00</b>	<b>406/1</b>
	<i>Хлеб ржаной</i>	<b>50</b>	<b>3,00</b>	<b>1,00</b>	<b>20,00</b>	<b>97,00</b>	<b>338/1</b>
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>430</b>	<b>24,72</b>	<b>16,67</b>	<b>57,02</b>	<b>476,83</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Гренки из батона с сыром</i>	<b>25</b>	<b>5,00</b>	<b>7,00</b>	<b>17,00</b>	<b>155,00</b>	<b>59/1</b>
	<i>Мармелад</i>	<b>20</b>					
	<i>Молоко кипяченое</i>	<b>180</b>	<b>1,00</b>	<b>1,00</b>	<b>2,00</b>	<b>26,00</b>	<b>255/1</b>
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>225</b>	<b>6,71</b>	<b>8,61</b>	<b>19,38</b>	<b>181,70</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1170</b>	<b>46,00</b>	<b>40,00</b>	<b>152,00</b>	<b>1148,00</b>	