**Утверждаю:**
Заведующий _____Долгополова Е.А.

# Меню приготавливаемых блюд

**Возрастная категория: Ясли МКДОУ д/с № 11**

24 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 ячневая молочная*** | | **154** | **3,00** | **4,00** | **19,00** | **132,00** | ***99/1*** |
| ***Батон с маслом*** | | **20** | **3,00** | **6,00** | **21,00** | **151,00** | ***387/1*** |
| ***Кофейный напиток с молоком*** | | **150** | | | **9,00** | **37,00** | ***253/1*** |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** | | ***324*** | ***6,73*** | ***10,69*** | ***49,00*** | ***319,06*** | |
| **10 ЧАСОВ** | | | | | | | |
| ***Сок*** | | **80** | | | **8,00** | **34,00** | |
| **ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ** | | ***80*** | ***0,40*** | | ***8,08*** | ***33,92*** | |
| **ОБЕД** | | | | | | | |
| ***Рассольник ленинградский со сметаной*** | | **150** | **8,00** | **9,00** | **12,00** | **159,00** | ***33/1*** |
| ***Картофельное пюре*** | | **110** | **8,00** | **7,00** | **23,00** | **190,00** | ***206/1*** |
| ***Печень по строгановски **** | | **50** | **20,00** | **8,00** | **7,00** | **178,00** | ***162/1*** |
| ***Хлеб пшеничный*** | | **40** | **3,00** | | **20,00** | **94,00** | **-** |
| ***Компот из смеси сухофруктов*** | | **150** | | | **11,00** | **45,00** | ***241/1*** |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** | | ***500*** | ***38,42*** | ***24,85*** | ***72,10*** | ***665,55*** | |
| **ПОЛДНИК** | | | | | | | |
| ***Омлет натуральный 80/100*** | | **80** | **9,00** | **8,00** | **3,00** | **121,00** | ***110/1*** |
| ***Молоко кипяченое*** | | **150** | **1,00** | **1,00** | **2,00** | **26,00** | ***255/1*** |
| ***Печенье*** | | **20** | **1,00** | **3,00** | **14,00** | **90,00** | |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** | | ***250*** | ***11,80*** | ***12,76*** | ***18,82*** | ***237,32*** | |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ** | | ***1154*** | ***57,00*** | ***48,00*** | ***148,00*** | ***1256,00*** | |