Утверждаю:
Заведующий _____Долгополова Е.А.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МКДОУ д/с № 11

1 Декабря 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 рисовая молочная жидкая		**184**	**5,00**	**6,00**	**25,00**	**178,00**	***98/1***
Кофейный напиток с молоком		**180**	**5,00**	**4,00**	**18,00**	**125,00**	***253/1***
Батон с маслом		**24**	**3,00**	**6,00**	**21,00**	**151,00**	***387/1***
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		***388***	***12,94***	***16,52***	***63,28***	***453,55***	
10 ЧАСОВ							
Сок		**80**			**8,00**	**34,00**	
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ		***80***	***0,40***		***8,08***	***33,92***	
ОБЕД							
Суп -лапша домашняя на кур.бульоне со см.		**200**	**7,00**	**7,00**	**19,00**	**169,00**	***47/1***
Каша гречневая с маслом		**130**	**6,00**	**6,00**	**29,00**	**194,00**	***186/1***
Рыба тушеная в томате с овощами		**150**	**2,00**	**4,00**	**9,00**	**79,00**	***406/1***
Компот из смеси сухофруктов		**180**	**1,00**		**13,00**	**54,00**	***241/1***
Хлеб пшеничный		**40**	**3,00**		**20,00**	**94,00**	**-**
ИТОГО ЗА ОБЕД		***700***	***18,55***	***17,74***	***89,16***	***590,35***	
ПОЛДНИК							
Рогалик с повидлом		**60**					***149/6***
Молоко кипяченое		**150**	**3,00**	**3,00**	**5,00**	**53,00**	***255/1***
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		***210***	***2,90***	***2,50***	***4,70***	***52,90***	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		***1378***	***35,00***	***37,00***	***165,00***	***1131,00***	