Утверждаю:
Заведующий _____Долгополова Е.А.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МКДОУ д/с № 11

29 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 ячневая молочная		**154**	**6,00**	**6,00**	**23,00**	**174,00**	***99/1***
Батон с маслом		**20**	**3,00**	**6,00**	**21,00**	**151,00**	***387/1***
Кофейный напиток с молоком		**150**	**4,00**	**3,00**	**15,00**	**104,00**	***253/1***
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		***324***	***12,76***	***15,93***	***58,61***	***428,82***	
10 ЧАСОВ							
Яблоки		**80**			**8,00**	**36,00**	
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ		***80***	***0,32***	***0,32***	***7,84***	***35,52***	
ОБЕД							
Борщ с капустой, картофелем со сметаной		**150**	**6,00**	**9,00**	**11,00**	**148,00**	***27/1***
Картофельное пюре		**110**	**2,00**	**2,00**	**13,00**	**81,00**	***206/1***
Сердце в сметанном соусе		**40**	**17,00**	**7,00**	**5,00**	**148,00**	***/0***
Сок		**150**	**1,00**		**15,00**	**64,00**	
Хлеб пшеничный		**40**	**3,00**		**20,00**	**94,00**	**-**
ИТОГО ЗА ОБЕД		***490***	***29,33***	***17,81***	***64,12***	***533,97***	
ПОЛДНИК							
Омлет натуральный 80/100		**80**	**8,00**	**9,00**	**3,00**	**125,00**	***110/1***
Чай с сахаром		**180**			**11,00**	**44,00**	***263/1***
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		***260***	***7,82***	***9,18***	***13,72***	***168,75***	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		***1154***	***50,00***	***43,00***	***144,00***	***1167,00***	