


Меню приготавливаемых блюд
«13» декабря 2021 год

Возрастная категория: от 3 лет до 7 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | N рецептуры |
|-------------------------------|---|--------------|------------------|-------|----------|----------------------------|----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Неделя 2 День 1 | | | | | | | |
| завтрак | Каша «Дружба» | 200 | 3,16 | 5,09 | 13,17 | 167,6 | №25 |
| | Бутерброд с вареной сгущенкой | 50 | 11,63 | 24,74 | 26,76 | 143,86 | |
| | Кофейный напиток | 180 | 1,5 | 1,3 | 22,4 | 149 | №432 |
| итого за завтрак | | | 16,29 | 31,13 | 62,33 | 460,46 | |
| второй завтрак | Сок фруктовый | 100 | 0,75 | 0,15 | 14,85 | 48 | №442 |
| итого за второй завтрак | | | 0,75 | 0,15 | 14,85 | 48 | |
| | Суп щи со сметаной | 250 | 0,84 | 0,67 | 3,69 | 174,52 | №83 |
| | Картофельное пюре | 180 | 3,1 | 5,4 | 20,3 | 282 | №335 |
| | Тефтели в молочном соусе | 75 | 9,3 | 16,5 | 12,6 | 328,4 | №283 |
| | Соленый огурец | 65 | 0,8 | 0,1 | 3,4 | 21 | №10 |
| | Кисель | 180 | 0,1 | 0,1 | 27,9 | 131 | №411 |
| | Хлеб | 50 | 2,3 | 0,3 | 14,8 | 83,5 | |
| итого за обед | | | 16,44 | 23,07 | 82,69 | 1020,42 | |
| полдник | Творожная запеканка со сгущенным молоком | 85 | 11,14 | 7,29 | 14,86 | 169,53 | |

| | | | | | | | |
|-------------------------|---------------|-----|-------|-------|--------|---------|------|
| | Чай с сахаром | 180 | 6,1 | 5,3 | 10,1 | 117,83 | №430 |
| | Хлеб | 50 | 2,3 | 0,3 | 14,8 | 83,5 | |
| Итого за полдник | | | 19,54 | 12,89 | 39,76 | 370,86 | |
| Итого за день | | | 53,02 | 67,24 | 199,63 | 1899,74 | |

Составила:  Куприянова О.А.