


Меню приготавливаемых блюд
«02» марта 2022 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 3 | | | | | | | |
| завтрак | Каша манная молочная | 200 | 3,04 | 4,96 | 16 | 375,28 | №189 |
| | Бутерброд с маслом слив. | 50 | 11,63 | 24,74 | 26,76 | 143,86 | |
| | Какао на молоке | 180 | 2,9 | 2,5 | 24,8 | 140 | №133 |
| итого за завтрак | | | 17,57 | 32,2 | 67,56 | 668,14 | |
| второй завтрак | Молоко кипяченое | 100 | 6,1 | 5,3 | 10,1 | 149 | №156 |
| итого за второй завтрак | | | 6,1 | 5,3 | 10,1 | 149 | |
| обед | Суп свекольник со сметаной | 250 | 2,86 | 0,24 | 8,06 | 142,8 | №19 |
| | Плов | 180 | 2,17 | 3,12 | 5,36 | 311,64 | №449 |
| | Салат свекла с чесноком | 65 | 1 | 3 | 5,8 | 103,53 | №16 |
| | Кисель | 180 | 0,1 | 0,1 | 27,9 | 131 | №411 |
| | Хлеб | 50 | 2,3 | 0,3 | 14,8 | 83,5 | |
| итого за обед | | | | | | | |
| полдник | Макароны с маслом слив. | 150 | 3,9 | 4,1 | 20,48 | 153,7 | №3 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,15 | 0,08 | 11,25 | 125,37 | №430 |
| | Печенье | 20 | 1,5 | 2 | 14,9 | 94,1 | |
| | Хлеб | 50 | 2,3 | 0,3 | 14,8 | 83,5 | |

| | | | | | | | |
|------------------|--|--|-------|-------|--------|---------|--|
| Итого за подвник | | | 7,85 | 6,48 | 61,43 | 456,67 | |
| Итого за день | | | 39,95 | 50,74 | 201,01 | 2046,28 | |

Составила:  Куприянова О.А.