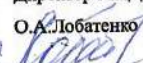


УТВЕРЖДАЮ:
Директор МАДОУ «ЦРР-Детский сад №21»
О.А.Лобатенко

О.А.Лобатенко

Меню приготавливаемых блюд

ИНДИВИДУАЛЬНОЕ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества, г						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Б		Ж		У				
		1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	
ВТОРНИК , 11.10.2022												
ЗАВТРАК	Каша ячневая вязкая	150	200	4,8	6,4	8,55	11,4	26,82	35,76	203,4	271,2	261-1
	Чай с сахаром, вареньем, медом (1-й вариант)	150	180	0,08	0,09	0	0	11,25	13,5	45	54	502
	Хлеб ржаной	50	50	3,3	3,3	0,6	0,6	16,7	16,7	87	87	115
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		350	430	8,18	9,79	9,15	12	54,77	65,96	335,4	412,2	
ОБЕД	Суп крестьянский с крупой	150	180	5,64	6,77	7,71	9,25	8,6	10,31	126,48	151,78	160
	Каша гречневая рассыпчатая	110	130	6,27	7,41	5,75	6,8	27,19	32,14	185,57	219,31	243
	Гуляш из говядины	50	70	8,59	12,02	9,16	12,83	1,75	2,45	123,75	173,25	373
	Компот из плодов или ягод сушеных	180	200	0,27	0,3	0	0	18,09	20,1	72,9	81	531
	Хлеб ржаной	50	50	3,3	3,3	0,6	0,6	16,7	16,7	87	87	115
ИТОГО ЗА ОБЕД		540	630	24,07	29,8	23,22	29,48	72,33	81,7	595,7	712,34	
ПОЛДНИК	Чай с сахаром, вареньем, медом (1-й вариант)	150	180	0,08	0,09	0	0	11,25	13,5	45	54	502
	Хлеб ржаной	50	50	3,3	3,3	0,6	0,6	16,7	16,7	87	87	115
	Салат картофельный	40	60	0,76	1,14	2,16	3,24	5,36	8,04	44	66	62
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		240	290	4,14	4,53	2,76	3,84	33,31	38,24	176	207	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1130	1350	36,39	44,12	35,13	45,32	160,41	185,9	1107,1	1331,54	