

Заведующий МБДОУ



Меню на 02.05.2024

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Завтрак 1								
Каша гречневая с маслом и сахаром	110	110	5,75	5,75	3,88	3,88	28,99	28,99
Чай с сахаром	180	200	10,78	11,98	2,74	3,04	11,68	12,98
Вафли	30	30	1,2	1,2	8,89	8,89	18,26	18,26
Итого за завтрак 1	320	340	17,73	18,93	15,51	15,81	58,93	60,22
Завтрак 2								
Сок	200	0	0	0	0	0	0	0
витаминизированный напиток валитек	0	180	0	4,12	0	4,54	0	19,33
Итого за завтрак 2	200	180	0	4,12	0	4,54	0	19,33
Обед								
Суп вермишелевый с мясом	180	200	3,6	4	11,43	12,7	32,58	36,2
Тефтели с мясом с рисом в томатном соусе	100	130	0	0	0	0	0	0
Салат из квашенной капусты	60	60	0	0	0	0	0	0
Компот из сухофруктов	180	198	0,94	1,03	0	0	24,26	26,69
Хлеб ржаной	45	48	3,46	3,7	0,63	0,67	16,97	18,1
Итого за обед	565	636	8	8,73	12,06	13,38	73,81	80,99
Полдник								
Кефир	190	200	10,53	11,09	13,17	13,87	16,92	17,81
Булка с повидлом	40	50	0	0	0	0	0	0
Итого за полдник	230	250	10,53	11,09	13,17	13,87	16,92	17,81
Ужин 1								
Котлеты рыбные	70	83	7,8	9,25	3,17	3,76	9,67	11,47
Пюре картофельное	100	120	2,12	2,54	3,06	3,67	5,23	6,28
Соленый огурец	50	60	0,99	1,19	0	0	2,47	2,97
Кофейный напиток с молоком	180	200	4,12	4,58	4,54	5,04	19,33	21,48
Булка	30	30	2,24	2,24	0,87	0,87	15,41	15,41
Итого за ужин 1	430	493	17,28	19,81	11,64	13,34	52,13	57,61
Итого день	1745	1899	53,55	62,67	52,38	60,93	201,79	235,97

Исполнитель: Медсестра В.Д. Тимоновская (Тимоновская В.Д.)