

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МБДОУ (Панова Т
 08.05.2024

Меню на 08.05.2024

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, Ясли
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1									
Запеканка творожная	100	130	11,16	14,51	9,78	12,71	15,02	19,53	197,6
Соус сметанный сладкий	40	40	1,46	1,46	2,2	2,2	3,17	3,17	53,45
Какао с молоком	180	180	5,85	5,85	5,83	5,83	22,52	22,52	167,4
Чай с сахаром	180	200	10,78	11,98	2,74	3,04	11,68	12,98	44,3
Булка с маслом	40	40	3	3	1,16	1,16	20,56	20,56	104,79
Итого за завтрак 1	540	590	32,25	36,8	21,71	24,94	72,95	78,75	567,54
Завтрак 2									
Яблоко	89	103	0,36	0,42	0,36	0,42	8,99	10,4	40,33
Итого за завтрак 2	89	103	0,36	0,42	0,36	0,42	8,99	10,4	40,33
Обед									
Свекольник на м/к б со сметанной	180	200	0	0	0	0	0	0	0
Биточки мясные в томатном соусе	68	78	11,89	13,63	13,06	14,98	6,39	7,33	196,79
Гречка отварная с маслом сливочным	80	90	4,56	5,13	3,86	4,34	21,96	24,7	144,27
Салат из квашенной капусты	60	60	0	0	0	0	0	0	0
Компот из сухофруктов	180	200	0,94	1,04	0	0	24,26	26,96	96,7
Хлеб ржаной	47	48	3,62	3,7	0,66	0,67	17,72	18,1	94,47
Итого за обед	615	676	21	23,5	17,57	19,99	70,33	77,09	532,23
Полдник									
Кефир	165	170	9,15	9,42	11,44	11,79	14,7	15,14	202,56
Булка	30	30	2,24	2,24	0,87	0,87	15,41	15,41	78,57
Чай с сахаром	180	200	10,78	11,98	2,74	3,04	11,68	12,98	44,3
Итого за полдник	375	400	22,17	23,64	15,04	15,7	41,79	43,53	325,42
Ужин 1									
Каша рисовая молочная	180	200	1,4	1,56	4,64	5,16	19,67	21,86	126
Каша рисовая с маслом, сахаром	100	100	2,4	2,4	2,2	2,2	25,8	25,8	130,99
Чай с сахаром	180	200	10,78	11,98	2,74	3,04	11,68	12,98	44,3
Булка	30	30	2,24	2,24	0,87	0,87	15,41	15,41	78,57
Итого за ужин 1	490	530	16,83	18,18	10,45	11,27	72,57	76,05	379,86
Итого день	2109	2299	92,61	102,54	65,13	72,31	266,63	285,83	1845,4

Исполнитель: Медсестра  (Тимоновская В.Д.)