

УТВЕРЖДАЮ
директор "Общепит-Юг"

Подуфанов С.Н.



МЕНЮ
МБДОУ №

5 ма 2 март 2023

дети дошкольного возраста от 3х до 8 лет с 12ч пребыванием

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
ЗАВТРАК					
Суп молочный с крупой(гречневой)	180	3,44	6,86	34,04	211,63
Бутерброды с маслом 22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	11,02	43,60
	410	5,62	11,72	56,06	345,74
ЗАВТРАК 2					
Соки фруктовые	200	1,00	0,00	20,20	84,44
	200	1,00	0,00	20,20	84,44
ОБЕД					
Суп с макаронными изделиями (с курицей)	200	4,48	4,48	18,08	128,84
Капуста тушеная	150	1,28	1,61	10,15	60,39
Биточки рубленные из птицы	80	9,53	8,72	16,08	217,71
Салат из зеленого горошка (консервированного)	50	1,49	2,59	3,12	41,80
Компот из сушеных фруктов+ вит.С	200	0,08	0,00	14,60	55,58
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
	740	21,12	18,00	86,81	627,05
ПОЛДНИК					
Молоко кипяченое	180	5,80	5,00	9,60	108,00
Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом	70	6,52	4,35	26,85	172,63
	250	12,32	9,34	36,44	280,63
УЖИН					
Каша манная молочная жидкая	180	4,50	6,21	32,78	205,00
Какао с молоком	200	2,30	1,78	17,44	94,98
Бутерброд с повидлом 20/5/15	40	0,85	3,62	19,25	113,02
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
	450	9,93	11,85	84,23	483,50
	2050	49,89	50,91	283,74	1821,33

ДЕТИ дошкольного возраста ОТ1, ДО 3Х ЛЕТ 10Ч пребыванием

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
ЗАВТРАК					
Суп молочный с крупой(гречневой)	150	1,95	3,82	30,39	159,73
Бутерброды с маслом 22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51
Чай с сахаром	180	0,18	0,00	9,92	39,24
	360	4,01	8,68	48,61	279,26
ЗАВТРАК 2					
Соки фруктовые	150	0,75	0,00	15,15	63,33
	150	0,75	0,00	15,15	63,33
ОБЕД					
Суп с макаронными изделиями (с курицей)	150	3,36	3,36	13,56	96,63
Капуста тушеная	110	0,94	1,18	7,45	44,29
Биточки рубленные из птицы	60	7,15	6,54	12,06	163,28
Салат из зеленого горошка (консервированного)	40	1,19	2,07	2,50	33,44
Компот из сушеных фруктов+ витС	150	0,06	0,00	10,95	41,69
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	570	16,96	13,75	71,30	502,03
ПОЛДНИК					
Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом	50	4,66	3,11	19,18	123,31
Молоко кипяченое	150	4,83	4,15	7,99	90,00
	200	9,49	7,26	27,17	213,31
итого по меню	1280	31,21	29,69	162,23	1057,93