

УТВЕРЖДАЮ
директор "Общепит-Юг"

Полупанов С.Н.

МЕНЮ

МБДОУ №

5 на 3 марта 2023

ЯСЛИ дети дошкольного возраста от 1 до 3X лет 12ч пребыванием

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
ЗАВТРАК					
Суп молочный с крупой(пшено)	150	1,50	3,66	14,86	98,40
Какао с молоком	180	2,07	1,60	15,70	85,48
Бутерброды с маслом 22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51
	360	5,45	10,12	41,56	274,39*
ЗАВТРАК 2					
Плоды свежие (апельсины, яблоки, бананы)	95	1,32	0,39	17,10	77,19
	95	1,32	0,39	17,10	77,19
ОБЕД					
Суп картофельный с клецками (с курицей)	150	1,50	4,05	13,35	95,85
Макаронник с печенью(с сметанный с томатом и луком)90/40	130	2,79	11,61	9,18	152,37
Саклат из свеклы и моркови	40	0,52	4,03	2,98	50,80
Компот из апельсинов с яблоками+витС	150	0,36	0,15	19,60	80,32
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	530	9,43	20,44	69,89	502,04
ПОЛДНИК					
Печенье	40	1,61	4,47	12,29	93,73
Конфеты(мармелад)	45	1,09	1,33	6,91	43,47
Молоко кипяченое	150	4,35	4,15	7,99	90,00
	235	7,53	9,95	27,19	227,20
УЖИН					
Рагу из овощей	150	2,25	5,25	8,86	92,10
Кофейный напиток с молоком	180	3,24	2,90	13,97	93,87
Бутерброд с повидлом 20/5/15	40	0,85	3,62	19,25	113,02
Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	400	8,32	12,13	52,10	351,19
итого по меню	1620	32,05	53,03	207,84	1432,01

САД дети дошкольного возраста с 3х до 7 лет с 10-ч пребыванием

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
ЗАВТРАК					
Суп молочный с крупой(пшено)	180	3,08	6,23	23,22	161,24
Какао с молоком	200	2,30	1,78	17,44	94,98
Бутерброды с маслом 22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51
	410	7,26	12,87	51,66	346,73
ЗАВТРАК 2					
Плоды свежие (апельсины, яблоки, бананы)	100	1,50	0,50	21,02	95,00
	100	1,50	0,50	21,02	95,00
ОБЕД					
Суп картофельный с клецками (с курицей)	200	2,00	5,40	17,80	127,80
луком соусом)100/50	150	3,10	12,90	10,20	169,30
Салат из свеклы и моркови	60	0,79	6,05	4,46	76,20
Компот из апельсинов,яблок+вит.С	200	0,48	0,20	26,14	107,10
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
	670	10,63	25,15	83,38	603,10
ПОЛДНИК					
Печенье	40	1,61	4,47	12,29	93,73
Конфеты (мармелад)	45	1,09	1,33	6,91	43,47
Молоко кипяченое	180	5,80	4,99	9,59	108,00
	265	8,50	10,79	28,79	245,20
итого по меню	1445	27,89	49,31	184,85	1290,03