

УТВЕРЖДАЮ

директор "Общепит" ЮГ



МЕНЮ

МБДОУ №

5 на 3 ноября 2023

САД дети дошкольного возраста от 3х до 7 лет с 12-ч пребыванием

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
ЗАВТРАК					
Запеканка рисовая с творогом(соус молочный)100/73	173	6,09	4,20	27,32	169,42
Какао с молоком	200	2,30	1,78	17,44	94,98
Бутерброды с сыром15/5/15	35	3,68	6,60	6,63	100,65
	408	12,07	12,58	51,39	365,05
ЗАВТРАК 2					
Плоды свежие (апельсины, бананы, яблокит.д)	100	1,50	0,50	21,02	95,00
	100	1,50	0,50	21,02	95,00
ОБЕД					
Суп-лапша домашняя (курицей)175/25	200	8,74	10,50	16,82	198,46
Макаронные изделия отварные	130	2,39	0,16	13,90	66,55
Печень говяжья по -строгановски	80	3,49	7,63	4,01	98,67
производства	60	1,14	5,34	4,62	71,40
Кисель из сока плодово-ягодного+вит.С	200	0,06	0,06	22,20	89,48
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	730	19,78	24,41	81,59	628,96
ПОЛДНИК					
"крендель сахарный"	70	3,04	4,98	27,60	167,44
Молоко кипяченое	180	5,80	4,99	9,59	108,00
	250	8,84	9,97	37,19	275,44
УЖИН					
Пудинг манный	180	6,84	5,58	19,58	157,50
Молоко сгущенное	50	2,60	3,25	22,75	130,65
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	11,02	43,60
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
	470	12,68	9,15	73,43	425,75
	1885	54,87	56,61	264,62	1790,20

ЯСЛИ дети дошкольного возраста от 1 до 3х лет с 10ч пребыванием

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
ЗАВТРАК					
Запеканка рисовая с творогом(соус молочный)100/73	140	3,26	2,56	16,08	100,45
Бутерброды с сыром15/5/15	35	3,68	6,60	6,63	100,65
Какао с молоком	180	2,68	1,80	14,76	85,97
	355	9,01	10,76	38,41	286,58
ЗАВТРАК 2					
Плоды свежие (апельсины, бананы, яблоки)	95	1,32	0,39	17,10	77,19
	95	1,32	0,39	17,10	77,19
ОБЕД					
Суп-лапша домашняя (курицей)130/20	150	6,55	7,88	12,61	148,85
Макаронные изделия отварные	110	2,02	0,13	17,26	65,11
Печень говяжья по -строгановски	70	3,05	6,68	3,51	86,34
икра кабачковая(промышленного производства	40	0,76	3,56	3,08	47,60
Кисель из сока плодово-ягодного +витС	150	0,04	0,04	16,65	67,11
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	580	16,68	18,89	77,89	537,71
ПОЛДНИК					
"Крендель сахарный"	50	2,17	3,56	19,72	119,60
Молоко кипяченое	150	4,83	4,15	7,99	90,00
	200	7,00	7,71	27,71	209,60
Итого по меню	1230	34,01	37,75	161,11	1111,08