

УТВЕРЖДАЮ

директор "Общепит-Юг"

Полупанов С.Н.

МЕНЮ 5 на 14 апреля 2023  
 МБДОУ № 5 на 14 апреля 2023  
 САД дети дошкольного возраста с 3х до 7 лет с 12-ч пребыванием

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
<b>ЗАВТРАК</b>					
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
	<b>410</b>	<b>7,26</b>	<b>12,87</b>	<b>51,66</b>	<b>346,73</b>
<b>ЗАВТРАК 2</b>					
Плоды свежие (апельсины,яблоки,бананы)	100	1,50	0,50	21,02	95,00
	<b>100</b>	<b>1,50</b>	<b>0,50</b>	<b>21,02</b>	<b>95,00</b>
<b>ОБЕД</b>					
Суп картофельный с клецками (с курицей)	200	2,00	5,40	17,80	127,80
Макаронник с печенью(с сметаной с томатом и луком)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 с яблоками+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
	<b>670</b>	<b>10,63</b>	<b>25,15</b>	<b>83,38</b>	<b>603,10</b>
<b>ПОЛДНИК</b>					
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
	<b>265</b>	<b>8,50</b>	<b>10,79</b>	<b>28,79</b>	<b>245,20</b>
<b>УЖИН</b>					
Рагу из овощей	150	2,25	5,25	8,86	92,10
Кофейный напиток с молоком	200	3,60	3,22	15,52	104,30
Бутерброд с повидлом 20/5/15	40	0,85	3,62	19,25	113,02
Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,70	63,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
	<b>470</b>	<b>14,82</b>	<b>17,01</b>	<b>64,01</b>	<b>466,42</b>
<b>Итого по меню</b>	<b>1915</b>	<b>472,71</b>	<b>66,32</b>	<b>248,86</b>	<b>1756,45</b>

ЯСЛИ дети дошкольного возраста от 1, до 3X лет 10ч пребыванием

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
<b>ЗАВТРАК</b>					
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
	<b>360</b>	<b>5,45</b>	<b>10,12</b>	<b>41,56</b>	<b>274,39</b>
<b>ЗАВТРАК 2</b>					
Плоды свежие (апельсины,яблоки,бананы)	95	1,32	0,39	17,10	77,19
	<b>95</b>	<b>1,32</b>	<b>0,39</b>	<b>17,10</b>	<b>77,19</b>
<b>ОБЕД</b>					
Суп картофельный с клецками (с курицей)	150	1,50	4,05	13,35	95,85
Макаронник с печенью(с сметаной с томатом и луком)90/40	130	2,79	11,61	9,18	152,37
Салат из свеклы и моркови	40	0,52	4,03	2,98	50,80
Компот из апельсинов с яблоками+вит.С	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
	<b>530</b>	<b>9,43</b>	<b>20,44</b>	<b>69,89</b>	<b>502,04</b>
<b>ПОЛДНИК</b>					
Печенье	40	1,61	4,47	12,29	93,73
Конфеты(мармелад)	45	1,09	1,33	6,91	43,47
Молоко кипяченое	150	4,83	4,15	7,99	90,00
	<b>235</b>	<b>7,53</b>	<b>9,95</b>	<b>27,19</b>	<b>227,20</b>
<b>Итого по меню</b>	<b>1220</b>	<b>23,73</b>	<b>40,90</b>	<b>155,74</b>	<b>1080,82</b>