

УТВЕРЖДАЮ

директор "Общедет-Юг"



Полупанов С.Н.

МЕНЮ
МБДОУ №

Бро № 14 августа 2023г

САД для дошкольного возраста от 3х- до 7 лет С12-ч пребыванием

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
ЗАВТРАК					
Макаронные изделия отварные с маслом	100	1,84	0,12	15,59	59,19
Кофейный напиток с молоком	200	3,60	3,22	15,52	104,30
Бутерброды с маслом 22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51
Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,70	63,00
Икра кабачковая	60	1,14	5,34	4,62	71,40
	430	13,54	18,14	47,53	388,10
ЗАВТРАК 2					
Соки фруктовые	200	1,00	0,00	20,20	84,44
	200	1,00	0,00	2,20	84,40
ОБЕД					
Суп с крупой (рисовой) на кур.бул.	200	2,48	4,08	5,14	65,46
Птица тушеная в соусе с овощами	130	3,15	13,35	30,30	253,94
салат из свежих огурцов	50	1,44	3,09	4,02	49,65
Кисель из яблок с витС	180	0,13	0,13	20,18	80,82
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
	640	12,98	21,41	94,26	619,57
ПОЛДНИК					
Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом	70	6,52	4,35	26,85	172,63
Молоко кипяченое	180	5,80	5,00	9,60	108,00
	250	12,32	9,34	36,44	280,63
Каша пшеничная вязкая молочная	170	11,39	8,62	25,84	226,49
чай с лимоном 185/8/7	200	0,26	0,00	11,22	46,00
Бутерброды с повидлом 20/5/15	40	0,85	3,62	19,25	113,02
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
	450	15,54	12,56	75,99	479,51
Итого по меню	1970	55,38	61,45	274,42	1852,25

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

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
ЗАВТРАК					
Макаронные изделия отварные с маслом	100	1,84	0,12	10,59	51,19
Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,70	63,00
Кофейный напиток с молоком	150	2,70	2,42	11,64	78,23
Бутерброды с маслом 22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51
Икра кабачковая	40	0,76	3,56	3,08	47,40
	360	12,26	15,56	37,11	330,33
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 крупой (рисовой) на кур.бул.	150	1,86	3,06	3,85	49,09
Птица тушеная в соусе с овощами	110	2,66	11,30	25,64	214,87
салат из свежих огурцов	40	0,96	2,06	2,68	33,10
Кисель из яблок с витС	150	0,11	0,11	16,82	67,35
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	510	9,85	17,13	73,77	487,11
ПОЛДНИК					
Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом	50	4,66	3,11	20,18	127,31
Молоко кипяченое	150	4,35	3,75	7,20	81,00
	200	9,01	6,86	27,38	208,31
	1220	31,87	39,55	153,41	1089,08