

УТВЕРЖДАЮ

директор "Общепит. Юг"



Попуганов С.Н.

МЕНЮ

МБДОУ № 5 на 1 Января 2023г

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

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
<b>ЗАВТРАК</b>					
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
	<b>410</b>	<b>5,62</b>	<b>11,72</b>	<b>56,06</b>	<b>345,74</b>
<b>ЗАВТРАК 2</b>					
Соки фруктовые	200	1,00	0,00	20,20	84,44
	<b>200</b>	<b>1,00</b>	<b>0,00</b>	<b>20,20</b>	<b>84,44</b>
<b>ОБЕД</b>					
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 рубленые 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
	<b>740</b>	<b>21,12</b>	<b>18,00</b>	<b>86,81</b>	<b>627,05</b>
<b>ПОЛДНИК</b>					
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
	<b>250</b>	<b>12,32</b>	<b>9,34</b>	<b>36,44</b>	<b>280,63</b>
<b>УЖИН</b>					
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
	<b>450</b>	<b>9,93</b>	<b>11,85</b>	<b>84,23</b>	<b>483,50</b>
	<b>2050</b>	<b>49,89</b>	<b>50,91</b>	<b>283,74</b>	<b>1821,33</b>

ДЕТИ дошкольного возраста ОТ 1, ДО 3х ЛЕТ 10ч пребыванием

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
<b>ЗАВТРАК</b>					
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
	<b>360</b>	<b>4,01</b>	<b>8,68</b>	<b>48,61</b>	<b>279,26</b>
<b>ЗАВТРАК 2</b>					
Соки фруктовые	150	0,75	0,00	15,15	63,33
	<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,00</b>	<b>15,15</b>	<b>63,33</b>
<b>ОБЕД</b>					
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 рубленые 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
	<b>570</b>	<b>16,96</b>	<b>13,75</b>	<b>71,30</b>	<b>502,03</b>
<b>ПОЛДНИК</b>					
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
	<b>200</b>	<b>9,49</b>	<b>7,26</b>	<b>27,17</b>	<b>213,31</b>
<b>Итого по меню</b>	<b>1280</b>	<b>31,21</b>	<b>29,69</b>	<b>162,23</b>	<b>1057,93</b>