

УТВЕРЖДАЮ

директор "Общепит-Юг"

Полупанов С.Н.



МЕНЮ

МБДОУ № 5 «дошк. воспит. центр»

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

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
ЗАВТРАК					
Каша пшеничная вязкая молочная	170	11,39	8,62	25,84	226,49
Бутерброды с маслом 22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51
Чай с лимоном 185/8/7	200	0,26	0,00	11,22	46,00
	400	13,53	13,48	48,06	363,00
ЗАВТРАК 2					
Соки фруктовые	200	1,00	0,00	20,20	84,44
	200	1,00	0,00	20,20	84,44
ОБЕД					
Боц с капустой и картофелем на кур/б	200	3,64	4,78	10,04	95,78
Плов из отварной птицы	130	7,66	15,28	17,11	236,78
Икра кабачковая	60	1,14	5,34	4,62	71,40
Компот.из сушеных фруктов+ вит.С	180	0,07	0,00	14,60	55,57
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
	630	16,77	26,00	71,15	581,93
ПОЛДНИК					
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
	250	12,32	9,35	36,45	280,63
УЖИН					
Каша манная молочная жидкая	170	4,42	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	40	2,64	0,48	13,36	69,60
	450	10,21	12,09	82,83	482,60
	1930	53,83	60,91	258,68	1792,60

ДЕТИ дошкольного возраста ОТ1, ДО 3Х ЛЕТ 10Ч пребыванием

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
ЗАВТРАК					
Каша пшеничная вязкая молочная	140	7,98	5,70	20,02	163,28
Бутерброды с маслом 22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51
Чай с лимоном 167/7/6	180	0,23	0,00	10,10	41,40
	350	10,09	10,56	41,12	295,19
ЗАВТРАК 2					
Соки фруктовые	150	0,75	0,00	15,15	63,33
	150	0,75	0,00	15,15	63,33
ОБЕД					
Боц с капустой и картофелем на кур/б	150	2,73	3,59	7,53	71,83
Плов из отварной птицы	110	6,48	12,92	14,48	200,35
Икра кабачковая	40	0,76	3,56	3,08	47,60
Компот из сушеных фруктов +витС	150	0,06	0,00	12,16	46,31
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	510	14,29	20,67	62,03	488,59
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	27,39	208,31
Итого по меню	1210	33,24	37,93	143,17	1042,11