УТВЕРЖДАЮ
директор "Общепит-Юг"
_____ Полуланов С.Н.

МЕНЮ
МБДОУ№40 5 на 19 сентября 2023г

САД дети дошкольного возраста от 3х- до7 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 пшенная вязая 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**