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

МЕНЮ на

МБДОУ№ 5 на 24 марта 2023г

САД дети дошкольного возраста от 3х до7 лет с12-ч пребыванием

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	, ккал
ЗАВТРАК					
Запеканка рисовая с творогом(соус яблочный)100/75	175	6,09	4,20	27,32	169,42
Какао с молоком	200	2,30	1,78	17,44	94,98
Бутерброды с сыром15/5/15	35	3,68	6,60	6,63	100,65
	410	**12,07**	**12,58**	**51,39**	**365,05**
ЗАВТРАК 2					
Плоды свежие (апельсины,яблокибананы)	100	1,50	0,50	21,02	95,00
	100	**1,50**	**0,50**	**21,02**	**95,00**
ОБЕД					
Суп-лапша домашняя (курицей)175/25	200	8,74	10,50	16,82	198,46
Запеканка картофельная с печнью(соус сметанный с томатом)100/50	150	11,10	7,95	15,11	176,39
производства)	60	1,14	5,34	4,62	71,40
Кисель из сока плодово-ягодного+вит.С	200	0,06	0,06	22,20	89,48
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	670	**25,00**	**24,57**	**78,79**	**640,13**
ПОЛДНИК					
Крендель сахарный	70	3,04	4,98	27,60	167,44
Молоко кипяченое	180	5,80	4,99	9,59	108,00
	250	**8,84**	**9,97**	**37,19**	**275,44**
УЖИН					
Пудинг манный	180	1,98	5,58	36,36	203,40
Молоко сгущенное	50	2,60	3,25	22,75	130,65
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	11,02	43,60
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
	470	**7,82**	**9,15**	**89,81**	**471,65**
	1900	**55,23**	**56,77**	**278,20**	**1847,27**

ЯСЛИ дети дошкольного возраста от 1ДО 3х лет с 10ч пребыванием

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
ЗАВТРАК					
Запеканка рисовая с творогом(соус яблочный)80/60	140	4,07	2,56	15,62	101,79
Бутерброды с сыром15/5/15	35	3,68	6,60	6,63	100,65
Какао с молоком	180	2,07	1,60	15,70	85,48
	350	**9,82**	**10,76**	**37,95**	**287,92**
ЗАВТРАК 2					
Плоды свежие (апельсины,яблоки,бананы)	95	1,32	0,39	17,10	77,19*
	95	**1,32**	**0,39**	**17,10**	**77,19**
ОБЕД					
Суп-лапша домашняя (курицей)130/20	150	6,55	7,88	12,61	148,85
Запеканка картофельная с печнью(соус сметанный с томатом)90/40	130	9,09	6,16	10,00	131,84
Икра кабачковая(промышленного	40	0,76	3,56	3,08	47,60
Кисель из сока плодово-ягодного+вит.С	150	0,04	0,04	16,65	67,11
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	530	**20,70**	**18,24**	**67,12**	**518,11**
ПОЛДНИК					
Крендель сахарный	50	2,17	3,56	19,72	119,60
Молоко кипяченое	150	4,83	4,15	7,99	90,00
	200	**7,00**	**7,71**	**27,71**	**209,60**
итого по меню	**1170**	**38,8/4**	**37,10**	**149,88**	**1092,81**