

УТВЕРЖДАЮ

директор "Общепит-Юг"

Полупанов С.Н.



МЕНЮ
МБДОУ № 92 на 14.09.2021

САД дети дошкольного возраста от 3х до 8 лет с12-ч пребыванием

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность			
		Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	ккал
ЗАВТРАК					
Каша манная молочная жидкая	170	1,97	2,91	25,84	137,41
Какао с молоком	200/25	2,98	2,00	16,40	95,52
Бутерброды с сыром	35/5/15	3,68	6,60	6,63	100,65
Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,80
	425	9,95	11,75	55,55	368,38
ЗАВТРАК 2					
Плоды свежие (бананы)	100	1,50	0,10	22,07	96,00
	100	1,50	0,10	22,07	96,00
ОБЕД					
Суп с рыбными консервами	200	3,98	5,42	21,40	150,30
Тефтели мясные (молочный соус)	70	6,82	7,35	17,64	164,01
Картофельное пюре	130	2,82	3,35	16,21	106,31
Икра кабачковая	60	0,64	3,22	4,30	49,29
Компот из свежих плодов(яблок)+вит.С	180/14	0,14	0,14	17,01	68,08
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	700	18,66	20,08	101,34	660,69
ПОЛДНИК					
Вареники ленивые со сметано-масленным соусом	175/100/75	9,40	8,10	19,45	188,30
Кефир,	180	5,22	4,50	7,20	95,40
	355	14,62	12,60	26,65	283,70
УЖИН					
Картофельные оладьи с сыром (со сметаной)	220	9,90	18,61	26,18	311,83
Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	15,02	58,76
Бутерброды с маслом	30/22/8	1,56	4,24	10,70	87,18
	450	11,66	22,85	51,90	1457,77
Итого по меню	2030	60,35	75,79	253,50	1991,22