

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



МЕНЮ
МБДОУ № 92 на 30.09.2012

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

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
ЗАВТРАК					
Запеканка из творога(с соусом молочным)100/73	173	2,10	4,20	28,10	158,60
Бутерброды с сыром 15/5/5	35	3,68	6,60	6,63	100,65
Чай с лимоном 192/8	200	0,26	0,00	15,20	60,00
Плоды свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	508	6,44	11,20	59,73	366,25
ЗАВТРАК 2					
Соки фруктовые	200	1,00	0,00	20,20	84,44
	200	1,00	0,00	20,20	84,44
ОБЕД					
Борщ с капустой и картофелем (с мясом)162/18	180	4,00	5,92	7,47	99,56
Рыба, тушенная с овощами	80	8,40	7,44	20,08	180,88
Картофель отварной	130	2,57	6,36	16,76	131,31
Салат из кукурузы(консервированной)	50	1,44	3,09	4,02	49,65
Кисель из яблок+вит.С	180	0,07	0,07	13,64	59,09
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
	680	20,74	23,48	86,75	643,19
ПОЛДНИК					
Булочка "Нежная"	70	2,40	5,68	26,37	167,72
Снежок сладкий	180	5,40	4,50	9,36	99,90
	250	7,80	10,18	36,10	276,62
УЖИН					
Каша "Янтарная"(из пшена с яблоками) (молочная)	200	8,08	10,04	37,74	274,36
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,02	58,76
Бутерброды с маслом22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51
	450	11,48	15,14	70,44	458,43
итого по меню	2088	47,46	60,00	273,22	1819,93
ИТОГО ПО МЕНЮ	2130	55,47	61,78	287,71	1945,91