

УТВЕРЖДАЮ
директор "Общепит-Юг"

Полупанов С.Н.

МЕНЮ
МБДОУ №

на 22.11.2021
92

САД дети дошкольного возраста от 3х- до8 лет с12-ч пребыванием

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
ЗАВТРАК					
Макаронные изделия отварные	150	2,76	0,18	23,54	88,78
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(промышленного производства)	60	1,14	5,34	4,62	71,40
	480	14,16	18,20	55,37	417,99
ЗАВТРАК 2					
Соки фруктовые	200	1,00	0,00	20,20	84,44
	200	1,00	0,00	2,20	84,40
ОБЕД					
Борщ с капустой и картофелем на кур.бул.	180	3,28	4,30	9,04	86,20
Плов из отварной птицы	150	11,43	11,37	33,09	280,41
салат из свеклы с солеными огурцами	60	1,14	5,34	4,62	71,40
компот из свежих плодов(яблок)+вит С	180	0,14	0,14	17,01	68,08
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
	640	21,01	21,83	93,46	652,29
ПОЛДНИК					
Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом	70	6,52	4,35	26,85	172,63
Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,64	97,20
	250	11,74	8,85	35,49	269,83
УЖИН					
Каша гречневая вязкая молочная	200	5,72	4,32	36,82	209,04
Чай с лимоном 185/5	200	0,26	0,00	15,20	60,00
Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,80
Бутерброды с повидлом 20/5/15	40	0,85	3,62	19,25	113,02
	460	8,15	8,18	77,95	416,86
итога по меню	2030	56,06	57,06	282,47	1841,41