

УТВЕРЖДАЮ  
директор "Общепит-Юг"

Полупанов С.Н.

МЕНЮ  
МБДОУ №

92 № 28.02.2022

ЯСЛИ дети дошкольного возраста от 1 ДО 3Х лет 12ч пребывания

| Наименование блюда                           | Выход, г    | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | ккал           |
|----------------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| <b>ЗАВТРАК</b>                               |             |              |              |               |                |
| Макаронные изделия отварные                  | 110         | 2,02         | 0,13         | 13,96         | 65,11          |
| 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 промышленного производства   | 40          | 0,76         | 3,56         | 3,08          | 47,60          |
|                                              | <b>370</b>  | <b>12,44</b> | <b>15,57</b> | <b>43,68</b>  | <b>344,45</b>  |
| <b>ЗАВТРАК 2</b>                             |             |              |              |               |                |
| Соки фруктовые                               | 150         | 0,75         | 0,00         | 15,15         | 63,33          |
|                                              | <b>150</b>  | <b>0,75</b>  | <b>0,00</b>  | <b>15,15</b>  | <b>63,33</b>   |
| <b>ОБЕД</b>                                  |             |              |              |               |                |
| Борщ с капустой и картофелем на кур./б       | 150         | 2,73         | 3,59         | 7,53          | 71,83          |
| Плов из отварной птицы                       | 130         | 8,58         | 16,12        | 6,76          | 203,06         |
| салат из свеклы с солеными огурцами          | 40          | 0,76         | 3,66         | 3,08          | 47,60          |
| Компот из свежих пладов(яблок)               | 150         | 0,12         | 0,12         | 14,17         | 56,73          |
| Хлеб пшеничный                               | 30          | 1,98         | 0,36         | 10,02         | 52,20          |
| Хлеб ржаной                                  | 30          | 1,98         | 0,36         | 10,02         | 52,20          |
|                                              | <b>530</b>  | <b>16,15</b> | <b>24,11</b> | <b>51,58</b>  | <b>483,62</b>  |
| <b>ПОЛДНИК</b>                               |             |              |              |               |                |
| Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом | 50          | 3,66         | 2,11         | 18,18         | 104,31         |
| Молоко кипяченое                             | 150         | 4,35         | 3,75         | 7,20          | 81,00          |
|                                              | <b>200</b>  | <b>8,01</b>  | <b>5,86</b>  | <b>25,38</b>  | <b>185,31</b>  |
| <b>УЖИН</b>                                  |             |              |              |               |                |
| Каша гречневая вязкая молочная               | 150         | 2,79         | 1,74         | 21,61         | 113,25         |
| 145/5                                        | 150         | 0,19         | 0,00         | 11,40         | 45,00          |
| Хлеб пшеничный                               | 30          | 1,98         | 0,36         | 10,02         | 52,20          |
| Бутерброды с повидлом 20/5/15                | 40          | 0,85         | 3,62         | 19,25         | 113,02         |
|                                              | <b>400</b>  | <b>8,86</b>  | <b>8,62</b>  | <b>64,85</b>  | <b>323,47</b>  |
| <b>Итого по меню</b>                         | <b>1620</b> | <b>43,16</b> | <b>51,26</b> | <b>198,07</b> | <b>1400,18</b> |