

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



МЕНЮ

МБДОУ № 92
на 21.10.2021

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

САД дети дошкольного возраста от 3х до 6 лет с 124 приемлением					
Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
ЗАВТРАК					
Каша манная молочная жидкая	180	2,09	2,70	19,62	111,13
Бутерброды с маслом 22/8	30	1,56	4,24	10,70	87,18
Чай с лимоном193/7	200	0,26	0,00	15,20	60,00
Фрукты свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	510	4,63	7,96	55,62	308,64
ЗАВТРАК 2					
Соки фруктовые	200	1,00	0,00	20,20	84,44
	200	1,00	0,00	2,20	84,44
ОБЕД					
Свекольник (с мясом,сметана)144/18/18	180	4,39	5,11	13,03	115,79
Рыба, тушеная в сметанном соусе	80	9,24	10,58	8,79	167,31
Каша гречневая рассыпчатая	130	3,51	2,90	12,64	90,68
Салат из зеленого горошка(консервированного)	50	1,49	2,59	3,12	41,80
Компот из смеси сухофруктов+вит.С	180	0,07	0,00	16,74	63,67
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
	690	23,79	21,86	84,02	625,45
ПОЛДНИК					
коржик молочный	70	4,69	4,83	25,20	163,03
Снежок сладкий	180	5,40	4,50	9,36	99,90
	250	10,09	9,33	34,56	262,93
УЖИН					
Голубцы овощные с соусом молочным	200	6,10	11,80	23,82	225,88
кофейный напиток с молоком	200	3,60	3,22	15,52	104,30
Бутерброд с повидлом 20/5/15	40	0,85	3,62	19,25	113,02
Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,80
	460	11,87	18,88	65,27	478,00
ИТОГО ПО МЕНЮ	2110	51,31	58,03	259,67	1759,46