

УТВЕРЖДАЮ
директор "Общепит-Юг"

Полупанов С.Н.



МЕНЮ
МБДОУ № 92

на 19.05.2022

САД дети дошкольного возраста с 3х до 7 лет с 12-ч пребыванием

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
ЗАВТРАК					
Запеканка рисовая с творогом (с соусом молочным)100/73	173	6,09	4,20	27,32	169,42
Бутерброды с сыром 15/5/5	35	3,68	6,60	6,63	100,65
кофейный напиток с молоком	200	3,60	3,22	15,62,	104,30
	408	13,37	14,02	49,47	374,37
ЗАВТРАК 2					
Соки фруктовые	200	1,00	0,00	20,20	84,44
	200	1,00	0,00	20,20	84,44
ОБЕД					
Рассольник ленинградский(с мясо)(сметаной)172/20/8	200	4,76	6,86	12,20	129,22
Шницель рыбный натуральный с сливочным маслом	80	7,60	6,64	12,08	138,48
Картофель отварной	130	2,57	6,36	11,44	11,00
икра свекольная	60	1,73	3,71	5,18	113,27
компот из свежих плодов(яблок)+вит.С	200	0,16	0,16	14,90	60,80
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
	730	21,08	24,33	80,58	623,73
ПОЛДНИК					
Булочка ванильная	70	2,40	5,68	26,74	167,72
Снежок сладкий	180	6,00	5,00	10,40	111,00
	250	8,40	10,68	37,14	278,72
УЖИН					
Каша "Янтарная"(из пшена с яблоками) (молочная)	200	2,00	10,40	20,04	181,76
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	11,02	43,60
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Бутерброды с маслом22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51
	470	7,12	15,58	61,74	409,87
итого по меню	2058	50,97	64,61	249,13	1771,13