

УТВЕРЖДАЮ

директор "Общепит-Юг"

Полупанов С.Н.



МЕНЮ
МБДОУ № 92 на 07.09.2022

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					
Каша гречневая вязкая молочная	180	5,15	3,89	31,34	180,94
Бутерброды с повидлом 20/5/15	40	0,85	3,62	19,25	113,02
Чай с лимоном 193/7	200	0,26	0,00	11,20	46,00
	420	6,26	7,51	67,41	339,96
ЗАВТРАК 2					
плоды свежие (яблоко, бананы, апельсины)	100	1,50	0,50	21,03	95,00
	100	1,50	0,50	21,03	95,00
ОБЕД					
Суп картофельный с бобовыми гороховый м/б	200	3,34	2,40	13,58	89,28
Жаркое по домашнему	150	4,65	6,30	37,68	224,67
Салат из свежих помидоров	60	0,90	3,30	5,04	53,40
кисель из яблок+вит.С	200	0,12	0,12	20,18	80,82
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
	670	13,27	12,72	101,26	570,87
ПОЛДНИК					
Булочка российская	70	4,89	4,47	27,85	171,21
Молоко кипяченое	180	5,80	5,00	9,60	108,00
	250	10,69	9,46	37,44	279,21
УЖИН					
Капуста тушеная	170	1,45	1,82	11,51	68,44
Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,70	63,00
Кофейный напиток с молоком	200	3,60	3,22	15,52	104,30
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
	450	13,17	9,96	47,41	329,74
итога по меню	1890	44,89	40,15	268,94	1614,78