

УТВЕРЖДАЮ
директор "Общепит-Юг"

Полупанов С.Н.



МЕНЮ

МБДОУ №

92

на

10.09.2022

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

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	, ккал
ЗАВТРАК					
Зразы творожные с изюмом со сметанным-масленом соусом	175/100/75	4,93	12,20	15,50	191,51
Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	15,02	58,76
Бутерброды с сыром	35/5/15	3,68	6,60	6,63	100,65
	410	8,91	18,80	37,15	350,92
ЗАВТРАК 2					
Соки фруктовые	100	0,50	0,00	10,10	48,80
Плоды свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	200	0,90	0,40	19,90	95,80
ОБЕД					
Суп-лапша домашняя (курицей)	180/25	1,58	3,65	8,57	73,44
Картофель отварной (без масла)	130	2,60	0,52	21,19	100,10
Тефтели из печени с рисом(соус сметанный)	70	10,57	9,66	15,96	193,06
Салат из свежих помидоров	60	0,72	3,90	2,29	47,10
Компот из смеси сухофруктов+витС	180/14	0,07	0,00	16,74	63,67
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
	680	19,80	18,33	89,53	600,07
ПОЛДНИК					
Вафли	70	1,54	5,74	26,67	164,50
Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,64	97,20
	250	6,76	10,24	35,31	261,70
УЖИН					
Пудинг манный	180	5,42	9,63	11,72	155,20
Молоко сгущенное	50	2,60	3,25	22,75	130,65
Кофейный напиток с молоком	200/10	3,60	3,22	15,52	104,30
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	460	13,60	16,46	60,01	441,35
	2000	49,87	64,23	241,90	1750,83