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

МЕНЮ
МБДОУ№ 92 на 17.01.2023 г.
САД дети дошкольного возраста от 3х до 7 лет с12-ч пребыванием

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
ЗАВТРАК					
Каша гречневая вязкая молочная	180	3,35	7,83	18,18	156,49
Какао с молоком	200	2,30	1,78	17,44	94,98
Бутерброды с сыром 15/5/15	35	3,68	6,60	6,63	100,65
	415	**9,33**	**16,21**	**42,25**	**352,12**
ЗАВТРАК 2					
Плоды свежие (апельсины,яблоки,бананы)	100	1,50	0,50	21,03	95,00
	100	**1,50**	**0,50**	**21,03**	**95,00**
ОБЕД					
Суп картофельный с рыбой	200	4,94	3,10	9,10	84,06
Зразы из мяса с рисом паровые	80	7,12	7,30	16,35	157,92
Картофель отварной	130	2,57	6,36	11,44	113,27
Салат из зеленого горошка(консервированного)	50	1,49	2,59	3,12	41,80
Кисель из сока плодово-ягодного+витС	200	0,06	0,06	22,20	89,48
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	720	**20,44**	**20,01**	**86,99**	**609,23**
ПОЛДНИК					
Сырники запеченые с соусом молочным100/75	175	4,20	9,20	15,70	162,39
Кисломолочные напитки(кефир,ряженка,снежок)	180	5,94	4,79	10,26	107,89
	355	**10,19**	**14,19**	**26,09**	**273,38**
УЖИН					
Щницель из капусты	180	8,59	13,14	18,77	225,07
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	11,20	43,60
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Бутерброды с маслом 22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51
	450	**13,71**	**18,32**	**60,47**	**453,18**
итого по меню	**2040**	**55,17**	**69,23**	**236,83**	**1782,91**