

УТВЕРЖДАЮ  
директор "Общепит-Юг"

Полупанов С.Н.



# МЕНЮ

МБДОУ № 92

на 28.01.2022

## 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                                                    |          |                  |         |             |         |
| Пудинг творожный запеченый(соус молочный)100/73            | 173      | 3,93             | 9,20    | 14,20       | 155,32  |
| Какао с молоком                                            | 200      | 2,98             | 2,00    | 16,00       | 95,52   |
| Бутерброды с сыром15/5/15                                  | 35       | 3,68             | 6,60    | 6,63        | 100,65  |
|                                                            | 408      | 10,59            | 17,80   | 37,23       | 351,49  |
| ЗАВТРАК 2                                                  |          |                  |         |             |         |
| Плоды свежие (бананы)                                      | 100      | 1,50             | 0,10    | 22,07       | 96,00   |
|                                                            | 100      | 1,50             | 0,10    | 22,07       | 96,00   |
| ОБЕД                                                       |          |                  |         |             |         |
| Суп-лапша домашняя (курицей)155/25                         | 180      | 1,58             | 3,65    | 17,57       | 113,38  |
| Запеканка картофельная с печенью(соус сметанный с томатом) | 150      | 11,10            | 7,95    | 39,50       | 273,95  |
| Салат из кукурузы( консервированной)                       | 50       | 1,44             | 3,09    | 4,02        | 49,65   |
| Кисель из яблук+вит.С                                      | 180      | 0,07             | 0,07    | 13,64       | 59,09   |
| Хлеб ржаной                                                | 30       | 1,98             | 0,36    | 10,02       | 52,20   |
| Хлеб пшеничный                                             | 30       | 2,28             | 0,24    | 14,76       | 70,50   |
|                                                            | 620      | 18,45            | 15,36   | 99,51       | 618,77  |
| 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  |
| Чай с сахаром                                              | 200      | 0,20             | 0,00    | 15,02       | 58,76   |
| Хлеб пшеничный                                             | 30       | 2,28             | 0,24    | 14,76       | 70,50   |
|                                                            | 460      | 10,50            | 13,12   | 64,25       | 415,11  |
|                                                            | 1715     | 47,80            | 56,62   | 258,37      | 1743,07 |
|                                                            | 460      | 13,60            | 16,46   | 60,01       | 441,35  |
|                                                            | 410      | 8,91             | 18,80   | 37,15       | 350,92  |