

УТВЕРЖДАЮ

директор "Общепит-Юг"

Полупанов С.Н.

МЕНЮ № 14. 09. 2022

МБДОУ № 92

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

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
ЗАВТРАК					
Каша пшенная молочная жидкая	170	6,70	5,07	17,87	143,85
Бутерброды с повидлом 20/5/15	40	0,85	3,62	19,25	113,02
Какао с молоком	200	2,30	1,78	17,44	94,98
	410	9,85	10,47	54,56	351,85
ЗАВТРАК 2					
Плоды свежие (яблоки, бананы, апельсины)	100	1,50	0,50	21,03	95,00
	100	1,50	0,50	22,07	95,00
ОБЕД					
Щи из свежей капусты с картофелем на м/б(сметана)	200	5,98	6,22	6,00	103,90
Плов из отварног мяса	150	20,85	13,86	17,16	273,72
Салат из свежих огурцов	60	1,44	3,09	4,02	49,65
компот из свежих плодов (яблок)+вит.С	200	0,16	0,16	14,90	60,48
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Гренки из пшеничного хлеба	25	2,81	0,33	17,43	83,55
	665	33,22	24,02	69,53	623,50
ПОЛДНИК					
Булочка домашняя	70	4,98	2,37	36,30	188,73
Молоко кипяченое	180	5,80	5,00	9,60	108,00
	250	10,78	7,37	45,90	296,73
УЖИН					
Картофель, запеченный в сметанном соусе	200	1,44	12,54	3,14	132,22
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 сыром 15/5/15	35	3,68	6,60	6,63	100,65
	475	8,36	19,46	40,47	370,47
ИТОГО ПО МЕНЮ	1900	63,71	61,81	231,47	1737,55