

УТВЕРЖДАЮ

директор "Общепит-Юг"

Полупанов С.Н.

МЕНЮ
МБДОУ № 92

на 10.08.2022

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

САД дети дошкольного возраста с 3х до 7 лет с 12-ч пребыванием					
Наименование блюда	Выход, г	девая ценность		Углеводы, г	ккал
		Белки, г	Жиры, г		
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 (с мясом) 182/18	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 ябл+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
Итого по меню	1890	44,89	40,15	268,94	1614,78