



MEHIO 20.09.2021

МБДОУ № 92

дети дошкольного возраста от 3х до 8 лет с 12ч пребыванием					
Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность			
		Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ккал
ЗАВТРАК					
Плов бухарский	200	6,80	12,20	9,00	173,00
Бутерброды с маслом	30/22/8	1,56	4,24	10,70	87,18
Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,80
Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	15,02	58,76
	450	9,88	16,68	41,40	353,74
ЗАВТРАК 2					
Соки фруктовые	200	1,00	0,00	20,20	84,44
	200	1,00	0,00	20,20	84,44
ОБЕД					
Борщ с капустой и картофелем на кур/б	200	3,64	4,78	10,04	95,78
Птица тушенная в соусе с овощами	200	9,98	15,64	17,24	249,64
Салат из свежих помидоров	60	0,72	3,90	2,29	47,10
Компот из смеси сухофруктов+ вит.С	180/14	0,07	0,00	16,74	63,67
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
	710	19,43	25,00	76,01	602,39
ПОЛДНИК					
Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,64	97,20
Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом	70	3,50	3,04	33,60	175,80
	250	8,72	7,54	42,24	273,00
УЖИН					
Каша манная молочная жидкая	210	6,64	4,54	48,82	262,67
Какао с молоком	200/25	2,98	2,00	16,40	95,52
Хлеб пшеничный	40	2,64	0,48	13,36	69,60
	450	12,26	7,02	78,58	427,79
	2060	52,91	56,15	250,28	1711,59