

УТВЕРЖДАЮ

директор "Общелит-Юг"

Полупанов С.Н.

МЕНЮ *22.09.2021*

МБДОУ № *22*

САД дети дошкольного возраста от 3х до 8 лет 12ч пребыванием

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
ЗАВТРАК					
Каша пшеничная молочная жидкая	180	1,80	1,98	18,36	98,44
Бутерброды с повидлом	40/5/15	0,85	3,62	19,25	113,02
Кофейный напиток с молоком	200/10	3,60	3,22	15,52	104,30
Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,80
	440	7,57	9,06	59,81	350,56
ЗАВТРАК 2					
Соки фруктовые	100	0,50	0,00	10,10	48,80
Плоды свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	200	0,90	0,40	19,90	95,80
ОБЕД					
Суп картофельный с бобовыми(фасолью) на кур/б	180	6,46	6,75	10,51	128,65
Макаронные изделия отварные	150	2,76	0,18	23,54	88,78
Курица в соусе томатном	80	10,24	11,36	14,88	187,84
икра кабачковая	60	0,65	3,22	4,30	49,29
Кисель из яблок+вит.С	180/18	0,07	0,07	13,64	59,09
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Гренки из пшеничного хлеба	25	2,81	0,33	17,43	83,55
	705	24,96	22,27	94,31	649,40
ПОЛДНИК					
Булочка "Осенняя"	70	4,13	3,04	31,57	170,20
Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,64	97,20
	250	9,35	7,54	40,21	267,40
УЖИН					
Картофель, запеченный в сметанном соусе	220	9,90	12,10	26,00	252,52
Чай с молоком	200/15	1,66	1,24	17,42	85,76
Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,80
Бутерброды с маслом	30/22/8	1,56	4,24	10,70	87,18
	470	14,44	17,82	60,80	460,26
ИТОГО ПО МЕНЮ	2065	57,22	57,09	275,03	1823,42