

УТВЕРЖДАЮ
директор "Общепит-Юг"

Полуланов С.Н.



МЕНЮ
МБДОУ № 92

на 01.09.2022

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

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность			
		Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	ккал
ЗАВТРАК					
Каша гречневая вязкая молочная	170	3,16	1,97	29,60	148,78
Бутерброды с повидлом	40/5/15	0,85	3,62	19,25	113,02
Чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	15,02	58,76
Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,80
	430	5,53	5,83	70,55	355,36
ЗАВТРАК 2					
Соки фруктовые	200	1,00	0,00	20,20	84,44
	200	1,00	0,00	20,20	84,44
ОБЕД					
Суп картофельный с бобовыми гороховый (с мясом)	180/18	4,81	2,52	14,02	97,99
Макаронные изделия отварные	150	2,76	0,18	23,54	88,78
Котлеты (куриные) припущенные	70	11,13	11,89	8,80	186,75
Салат из свеклы отварной	40	0,60	2,20	3,36	35,60
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	30	2,28	0,24	14,76	70,50
	680	23,63	17,36	91,23	595,49
ПОЛДНИК					
Булочка молочная	70	3,86	7,34	20,93	165,26
Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,64	97,20
	250	9,08	11,84	29,57	262,46
УЖИН					
Винегрет овощной	180	6,30	10,08	15,01	168,84
Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,70	63,00
Кофейный напиток с молоком	200	3,60	3,22	11,54	89,14
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	450	16,96	18,26	37,27	373,18
Итого по меню	2010	56,20	53,32	248,82	1670,93