

УТВЕРЖДАЮ

директор "Общепит-Юг"

Полупанов С.Н.



МЕНЮ  
МБДОУ №

03.07.2023г.  
92

САД дети дошкольного возраста от 3х- до 7 лет С12-ч пребыванием

| Наименование блюда                           | Выход, г | Пищевая ценность |         |             |         |
|----------------------------------------------|----------|------------------|---------|-------------|---------|
|                                              |          | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г | ккал    |
| ЗАВТРАК                                      |          |                  |         |             |         |
| Макаронные изделия отварные с маслом         | 100      | 1,84             | 0,12    | 15,59       | 59,19   |
| Кофейный напиток с молоком                   | 200      | 3,60             | 3,22    | 15,52       | 104,30  |
| Бутерброды с маслом 22/8                     | 30       | 1,88             | 4,86    | 11,00       | 90,51   |
| Яйца вареные                                 | 40       | 5,08             | 4,60    | 0,70        | 63,00   |
| Икра кабачковая                              | 60       | 1,14             | 5,34    | 4,62        | 71,40   |
|                                              | 430      | 13,54            | 18,14   | 47,53       | 388,10  |
| ЗАВТРАК 2                                    |          |                  |         |             |         |
| Соки фруктовые                               | 200      | 1,00             | 0,00    | 20,20       | 84,44   |
|                                              | 200      | 1,00             | 0,00    | 2,20        | 84,40   |
| ОБЕД                                         |          |                  |         |             |         |
| Суп с крупой (рисовой)на кур.бул.            | 200      | 2,48             | 4,08    | 5,14        | 65,46   |
| Птица тушеная в соусе с овощами              | 130      | 3,15             | 13,35   | 30,30       | 253,94  |
| салат из свежих огурцов                      | 50       | 1,44             | 3,09    | 4,02        | 49,65   |
| Кисель из яблок с витС                       | 180      | 0,13             | 0,13    | 20,18       | 80,82   |
| Хлеб ржаной                                  | 30       | 1,98             | 0,36    | 10,02       | 52,20   |
| Хлеб пшеничный                               | 50       | 3,80             | 0,40    | 24,60       | 117,50  |
|                                              | 640      | 12,98            | 21,41   | 94,26       | 619,57  |
| ПОЛДНИК                                      |          |                  |         |             |         |
| Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом | 70       | 6,52             | 4,35    | 26,85       | 172,63  |
| Молоко кипяченое                             | 180      | 5,80             | 5,00    | 9,60        | 108,00  |
|                                              | 250      | 12,32            | 9,34    | 36,44       | 280,63  |
| УЖИН                                         |          |                  |         |             |         |
| Каша пшенная вязая молочная                  | 170      | 11,39            | 8,62    | 25,84       | 226,49  |
| чай с лимоном 185/8/7                        | 200      | 0,26             | 0,00    | 11,22       | 46,00   |
| Бутерброды с повидлом 20/5/15                | 40       | 0,85             | 3,62    | 19,25       | 113,02  |
| Хлеб пшеничный                               | 40       | 3,04             | 0,32    | 19,68       | 94,00   |
|                                              | 450      | 15,54            | 12,56   | 75,99       | 479,51  |
| итога по меню                                | 1970     | 55,38            | 61,45   | 274,42      | 1852,25 |