

УТВЕРЖДАЮ

директор "Общепит-Юг"

Полупанов С.Н.

МЕНЮ

на 06.04.2022

МБДОУ №

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

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 пшенная молочная жидкая                  | 160      | 1,60             | 1,76    | 19,52       | 100,30  |
| Бутерброды с повидлом 20/5/15                 | 40       | 0,85             | 3,62    | 19,25       | 113,02  |
| Какао с молоком                               | 200      | 3,62             | 2,94    | 16,80       | 118,48  |
| Хлеб пшеничный                                | 20       | 1,32             | 0,24    | 6,68        | 34,80   |
|                                               | 420      | 7,39             | 8,56    | 62,25       | 366,60  |
| ЗАВТРАК 2                                     |          |                  |         |             |         |
| Апельсины                                     | 100      | 1,50             | 0,10    | 22,07       | 96,00   |
|                                               | 100      | 1,50             | 0,10    | 22,07       | 96,00   |
| ОБЕД                                          |          |                  |         |             |         |
| Суп картофельный с бобовыми(фасолью) на кур/б | 180      | 6,46             | 6,75    | 10,51       | 128,65  |
| Макаронные изделия отварные                   | 130      | 2,39             | 0,16    | 20,40       | 76,95   |
| Курица в соусе томатном                       | 80       | 8,64             | 8,96    | 10,88       | 158,71  |
| Салат из квашеной капусты с луком             | 60       | 1,02             | 7,98    | 3,06        | 88,80   |
| компот из свежих плодов (яблок)+вит.С         | 180      | 0,14             | 0,14    | 17,01       | 68,08   |
| Хлеб ржаной                                   | 30       | 1,98             | 0,36    | 10,02       | 52,20   |
| Гренки из пшеничного хлеба                    | 25       | 2,81             | 0,33    | 17,43       | 83,55   |
|                                               | 685      | 23,44            | 24,68   | 89,31       | 656,94  |
| 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       | 200      | 9,00             | 11,00   | 23,64       | 229,56  |
| Чай с сахаром                                 | 200      | 0,20             | 0,00    | 15,02       | 58,76   |
| Хлеб пшеничный                                | 20       | 1,32             | 0,24    | 6,68        | 34,80   |
| Бутерброды с сыром 15/5/15                    | 35       | 3,68             | 6,60    | 6,63        | 100,65  |
|                                               | 455      | 14,20            | 17,84   | 51,97       | 423,77  |
| итого по меню                                 | 1910     | 55,88            | 58,72   | 265,80      | 1810,71 |