

директор "Общепит-Юг"

Полупа

САД дети

Наименован

4.08.2021 МБДОУ №

На

15.09.22

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

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность			
		Белки, г	Жиры, г	глеводы,	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
итога по меню	2010	56,20	53,32	248,82	1670,93