

Меню на 01.04.2024, День 6

МКДОУ: детский сад №16

Сад 10,5 ч.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Яйцо	25	2,54	2,3	0,14	31,4
2. Макароны отварные с маслом и с сахаром	140	4,197	6,621	37,82	230,341
3. Чай с сахаром	190	0	0	14,97	59,85
4. Повидло	20	0,08	0	13,138	50,297
5. Хлеб пшеничный	30	2,151	0,822	14,73	75,666
Итого:		8,969	9,743	80,798	447,554
2й Завтрак					
1. Сок	98	0,493	0,099	9,962	45,37
Итого:		0,493	0,099	9,962	45,37
Обед					
1. Икра морковная	50	0,835	2,048	4,141	38,89
2. Суп гороховый на к/б	180	4,996	2,384	17,614	114,28
3. Оладьи из печени	70	18,782	11,226	16,781	244,312
4. Рис отварной	150	2,672	4,503	28,019	163,304
5. Соус основной красный	20	1,87	1,784	13,68	78,447
6. Компот из смеси сухофруктов (витаминизированный)	180	0,286	0	16,22	65,77
7. Хлеб ржаной	41	2,507	0,452	13,726	71,505
8. Хлеб пшеничный	29	2,122	0,811	14,528	74,629
Итого:		34,069	23,208	124,708	851,138
Полдник					
1. пряник глазированный	53	2,581	1,505	41,774	190,859
2. Кефир с сахаром	183	5,164	5,699	12,113	125,018
Итого:		7,745	7,204	53,887	315,877
Итого за день:		51,276	40,253	269,355	1659,93

Ясли 10,5 ч

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Яйцо	25	2,54	2,3	0,14	31,4
2. Макароны отварные с маслом и с сахаром	100	2,639	6,751	25,392	174,569
3. Чай с сахаром	180	0	0	9,98	39,9
4. Повидло	20	0,08	0	13,138	50,297
5. Хлеб пшеничный	25	1,793	0,685	12,275	63,055
Итого:		7,052	9,736	60,925	359,221
2й Завтрак					
1. Сок	90	0,45	0,09	9,09	41,4
Итого:		0,45	0,09	9,09	41,4
Обед					
1. Икра морковная	40	1,008	5,062	6,077	74,594
2. Суп гороховый на к/б	150	3,737	1,93	18,494	107,622
3. Оладьи из печени	60	15,463	9,632	13,28	202,512
4. Рис отварной	100	1,758	4,373	18,355	119,818
5. Соус основной красный	20	1,181	2,924	9,082	67,559
6. Компот из сухофруктов (витаминизированный)	150	0,264	0	15,74	63,78
7. Хлеб ржаной	30	1,83	0,33	10,02	52,2
8. Хлеб пшеничный	20	1,434	0,548	9,82	50,444
Итого:		26,674	24,798	100,869	738,528
Полдник					
1. Пряник глазированный	53	2,581	1,505	41,774	190,859
2. Кефир с сахаром	155	4,35	4,8	10,99	108,45
Итого:		6,931	6,305	52,764	299,309
Итого за день:		41,107	40,93	223,647	1438,45

Заведующий _____ Горохова Т.А.