

Меню на 02.04.2024, День 7

МКДОУ: детский сад №16

Сад 10,5 ч.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Каша геркулесовая молочная	180	3,518	7,641	17,271	153,45
2. Какао на молоке	180	3,332	3,587	14,207	103,618
3. Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8
4. Хлеб пшеничный	25	1,83	0,699	12,533	64,382
Итого:	8,73	20,178	44,092	396,25	
2й Завтрак					
1. Сок	92	0,462	0,092	9,329	42,489
Итого:	0,462	0,092	9,329	42,489	
Обед					
1. Салат "Свекла с соленым огурцом"	50	0,665	5,053	3,317	61,817
2. Суп "Полевой" с курицей	180	6,385	5,453	23,72	170,072
3. Биточек рыбный	70	11,287	8,49	5,282	112,323
4. Картофельное пюре	150	3,553	7,165	21,492	165,409
5. Компот из свежих яблок (витаминизированный)	180	0,144	0,144	13,4	54,157
6. Хлеб ржаной	38	2,36	0,426	12,92	67,31
7. Хлеб пшеничный	30	2,151	0,822	14,73	75,666
Итого:	26,545	27,553	94,863	706,754	
Полдник					
1. Ватрушка с творогом	90	9,769	6,139	42,506	265,825
2. Молоко	180	5,04	5,76	8,46	108
Итого:	14,809	11,899	50,966	373,825	
Итого за день:	50,546	59,721	199,25	1519,31	

Ясли 10,5 ч

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Каша геркулесовая молочная	150	4,993	6,903	19,584	162,581
2. Какао на молоке	170	3,163	3,464	12,036	93,159
3. Масло сливочное	7	0,035	5,775	0,056	52,36
4. Хлеб пшеничный	25	1,793	0,685	12,275	63,055
Итого:	9,984	16,827	43,951	371,154	
2й Завтрак					
1. Сок	90	0,45	0,09	9,09	41,4
Итого:	0,45	0,09	9,09	41,4	
Обед					
1. Салат "Свекла с соленым оргурцом"	40	0,459	3,034	2,455	39,123
2. Суп "Полевой" с курицей	150	5,845	5,235	20,552	153,024
3. Биточек рыбный	60	11,164	7,444	5,282	102,802
4. Картофельное пюре	120	3,455	3,955	22,624	140,54
5. Компот из свежих яблок (витаминизированный)	150	0,14	0,14	13,31	53,781
6. Хлеб ржаной	30	1,83	0,33	10,02	52,2
7. Хлеб пшеничный	25	1,793	0,685	12,275	63,055
Итого:	24,686	20,824	86,518	604,525	
Полдник					
1. Ватрушка с творогом	70	9,378	5,902	32,242	221,04
2. Молоко	150	4,2	4,8	7,05	90
Итого:	13,578	10,702	39,292	311,04	
Итого за день:	48,697	48,442	178,851	1328,11	

Заведующий _____ Горохова Т.А.