

# Меню на 03.04.2024, День 8

МКДОУ: детский сад №16

## Сад 10,5 ч.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
<b>Завтрак</b>					
1. Каша манная молочная	180	4,161	5,615	23,885	163,593
2. Кофейный напиток с молоком	180	2,942	3,255	14,666	101,135
3. Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8
4. Хлеб пшеничный	32	2,342	0,895	16,039	82,39
Итого:	9,495	18,016	54,67	421,918	
<b>2й Завтрак</b>					
1. Сок	96	0,48	0,096	9,696	44,16
Итого:	0,48	0,096	9,696	44,16	
<b>Обед</b>					
1. Салат "Зимний"	50	0,74	4,727	5,122	66,352
2. Борщ со сметаной	180	2,933	5,306	15,462	122,295
3. Плов с курицей	170	17,232	21,438	29,135	378,417
4. Компот из смеси сухофруктов (витаминизированный)	180	0,264	0	15,74	63,78
5. Хлеб ржаной	40	2,44	0,44	13,36	69,6
6. Хлеб пшеничный	30	2,151	0,822	14,73	75,666
Итого:	25,759	32,733	93,548	776,109	
<b>Полдник</b>					
1. Оладьи с маслом и с сахаром	80	6,322	9,25	43,932	284,96
2. Чай с сахаром	190	0	0	14,97	59,85
Итого:	6,322	9,25	58,902	344,81	
<b>Итого за день:</b>	<b>42,055</b>	<b>60,094</b>	<b>216,817</b>	<b>1586,99</b>	

## Ясли 10,5 ч

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
<b>Завтрак</b>					
1. Каша манная молочная	150	4,854	5,873	23,643	168,125
2. Кофейный напиток с молоком	170	2,933	3,252	12,609	92,829
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:	9,615	15,585	48,583	376,369	
<b>2й Завтрак</b>					
1. Сок	90	0,45	0,09	9,09	41,4
Итого:	0,45	0,09	9,09	41,4	
<b>Обед</b>					
1. Салат "Зимний"	40	0,658	3,792	4,367	54,647
2. Борщ со сметаной	150	3,173	3,136	18,214	114,652
3. Плов с курицей	145	14,356	17,076	16,372	276,628
4. Компот из сухофруктов (витаминизированный)	150	0,264	0	15,74	63,78
5. Хлеб ржаной	30	1,83	0,33	10,02	52,2
6. Хлеб пшеничный	20	1,434	0,548	9,82	50,444
Итого:	21,715	24,882	74,534	612,351	
<b>Полдник</b>					
1. Оладьи с маслом и с сахаром	60	4,463	7,873	27,648	199,81
2. Чай с сахаром	180	0	0	9,98	39,9
Итого:	4,463	7,873	37,628	239,71	
<b>Итого за день:</b>	<b>36,243</b>	<b>48,43</b>	<b>169,834</b>	<b>1269,83</b>	

Заведующий \_\_\_\_\_ Горохова Т.А.