

Меню на 05.04.2024, День 10

МКДОУ: детский сад №16

Сад 10,5 ч.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Каша молочная "Дружба"	180	5,426	7,107	29,487	204,858
2. Кофейный напиток с молоком	180	2,722	2,998	14,341	96,553
3. Масло сливочное	10	0,051	8,474	0,082	76,827
4. Хлеб пшеничный	30	2,151	0,822	14,73	75,666
Итого:		10,351	19,4	58,64	453,903
2й Завтрак					
1. Яблоки отечественные 1с	130	0,527	0,527	12,923	53,802
Итого:		0,527	0,527	12,923	53,802
Обед					
1. Салат "Свежесть"	59	0,886	4,061	2,584	50,851
2. Суп картофельный с курицей, с гречками	180	7,233	7,448	31,6	223,473
3. Рыба с овощами под омлетом	170	23,586	17,428	6,968	228,154
4. Напиток из плодов шиповника	180	0,208	0,091	12,792	53,671
5. Хлеб ржаной	42	2,588	0,467	14,171	73,825
Итого:		34,501	29,495	68,115	629,974
Полдник					
1. Булочка домашняя с повидлом	80	5,86	6,655	48,639	275,928
2. Чай с сахаром	190	0	0	14,97	59,85
Итого:		5,86	6,655	63,609	335,778
Итого за день:		51,24	56,077	203,287	1473,45

Ясли 10,5 ч

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Каша молочная "Дружба"	150	4,668	7,754	23,706	184,517
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:		9,429	17,466	48,646	392,761
2й Завтрак					
1. Яблоко отечественные 1с	130	0,527	0,527	12,923	53,802
Итого:		0,527	0,527	12,923	53,802
Обед					
1. Салат "Свежесть"	40	0,648	1,05	1,954	20,148
2. Суп картофельный с курицей , с гречками	150	7,223	7,842	36,325	245,844
3. Рыба с овощами под омлетом	150	14,667	11,759	6,362	158,27
4. Напиток из плодов шиповника	150	0,24	0,105	10,276	44,001
5. Хлеб ржаной	30	1,83	0,33	10,02	52,2
Итого:		24,608	21,086	64,938	520,463
Полдник					
1. Булочка домашняя с повидлом	70	5,02	6,304	44,901	254,414
2. Чай с сахаром	180	0	0	9,98	39,9
Итого:		5,02	6,304	54,881	294,314
Итого за день:		39,584	45,383	181,387	1261,34

Заведующий _____ Горохова Т.А.