

# Меню на 09.04.2024, День 2

МКДОУ: детский сад №16

## Сад 10,5 ч.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
<b>Завтрак</b>					
1. Каша манная молочная	180	5,11	6,41	24,916	179,112
2. Какао на молоке	180	3,148	3,49	14,133	101,756
3. Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8
4. Хлеб пшеничный	30	2,151	0,822	14,73	75,666
Итого:	10,459	18,972	53,859	431,334	
<b>2й Завтрак</b>					
1. Банан	121	1,091	0,364	15,273	69,818
Итого:	1,091	0,364	15,273	69,818	
<b>Обед</b>					
1. Огурчик консервированный	46	0,368	0,046	0,783	5,988
2. Щи с курицей со сметаной	180	2,436	4,903	13,046	106,978
3. Рыба, тушенная в томате с овощами	70	14,481	9,252	2,4	108,185
4. Картофельное пюре	150	3,545	5,885	21,48	153,8
5. Компот из свежих яблок ( витаминизированный )	180	0,152	0,152	13,594	54,964
6. Хлеб ржаной	38	2,342	0,422	12,826	66,816
7. Хлеб пшеничный	24	1,721	0,658	11,784	60,533
Итого:	25,045	21,318	75,913	557,264	
<b>Полдник</b>					
1. Зефир	57	0,462	0	45,24	175,645
2. Чай с сахаром	190	0	0	14,97	59,85
Итого:	0,462		60,21	235,495	
<b>Итого за день:</b>	<b>37,057</b>	<b>40,653</b>	<b>205,255</b>	<b>1293,91</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. Какао на молоке	170	3,004	3,348	11,852	90,743
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:	9,686	15,681	47,826	374,282	
<b>2й Завтрак</b>					
1. Банан	121	1,091	0,364	15,273	69,818
Итого:	1,091	0,364	15,273	69,818	
<b>Обед</b>					
1. Огурчик консервированный	36	0,288	0,036	0,613	4,688
2. Щи с курицей со сметаной	150	2,362	3,088	14,965	97,747
3. Рыба, тушенная в томате с овощами	60	13,239	7,815	2,156	92,92
4. Картофельное пюре	120	3,455	3,955	22,624	140,54
5. Компот из свежих яблок ( витаминизированный )	150	0,11	0,11	12,565	50,68
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:	23,077	16,019	75,219	501,83	
<b>Полдник</b>					
1. Зефир	27	0,222	0	21,75	84,445
2. Чай с сахаром	180	0	0	9,98	39,9
Итого:	0,222		31,73	124,345	
<b>Итого за день:</b>	<b>34,076</b>	<b>32,064</b>	<b>170,047</b>	<b>1070,27</b>	

Заведующий \_\_\_\_\_ Горохова Т.А.