

Меню на 11.04.2024, День 4

МКДОУ: детский сад №16

Сад 10,5 ч.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Каша рисовая молочная	180	4,225	5,75	28,248	182,667
2. Какао на молоке	180	2,638	2,912	13,191	90,533
3. Хлеб пшеничный	25	1,853	0,708	12,689	65,184
4. Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8
Итого:	8,766	17,62	54,209	413,184	
2й Завтрак					
1. Сок	93	0,469	0,094	9,469	43,125
Итого:	0,469	0,094	9,469	43,125	
Обед					
1. Салат из сельди	40	5,044	4,692	0,64	65,051
2. Свекольник на к/б со сметаной	180	2,546	5,857	15,732	126,318
3. Картофельная запеканка с курицей	230	20,549	22,319	34,991	423,526
4. Соус основной красный	20	1,673	1,793	13,138	75,587
5. Компот из смеси сухофруктов (витаминизированный)	180	0,306	0	16,727	67,864
6. Хлеб ржаной	39	2,4	0,433	13,143	68,471
Итого:	32,519	35,094	94,371	826,816	
Полдник					
1. Омлет	110	6,48	8,957	2,63	117,612
2. Чай с сахаром	190	0	0	14,97	59,85
3. Хлеб пшеничный	30	2,151	0,822	14,73	75,666
Итого:	8,631	9,779	32,33	253,128	
Итого за день:	50,385	62,588	190,378	1536,25	

Ясли 10,5 ч

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Каша рисовая молочная	150	3,672	5,268	18,488	137,031
2. Какао на молоке	170	2,663	2,93	11,243	83
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:	8,162	14,658	42,062	335,447	
2й Завтрак					
1. Сок	93	0,469	0,094	9,469	43,125
Итого:	0,469	0,094	9,469	43,125	
Обед					
1. Салат из сельди	35	4,184	4,409	0,344	57,852
2. Свекольник на к/б со сметаной	150	1,968	2,996	12,858	86,565
3. Картофельная запеканка с курицей	170	17,694	19,696	34,194	385,24
4. Соус основной красный	20	1,181	2,924	9,082	67,559
5. Компот из сухофруктов (витаминизированный)	150	0,264	0	15,74	63,78
6. Хлеб ржаной	30	1,83	0,33	10,02	52,2
Итого:	27,121	30,356	82,238	713,196	
Полдник					
1. Омлет	95	3,66	5,418	2,02	71,942
2. Чай с сахаром	180	0	0	9,98	39,9
3. Хлеб пшеничный	25	1,793	0,685	12,275	63,055
Итого:	5,453	6,103	24,275	174,897	
Итого за день:	41,204	51,211	158,044	1266,66	

Заведующий _____ Горохова Т.А.