

# Меню на 12.04.2024, День 5

МКДОУ: детский сад №16

## Сад 10,5 ч.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
<b>Завтрак</b>					
1. Каша геркулесовая молочная	180	4,998	7,728	19,054	167,912
2. Кофейный напиток с молоком	180	2,939	3,254	14,647	101,029
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:	10,138	20,054	48,511	419,407	
<b>2й Завтрак</b>					
1. Яблоки отечественные 1с	120	0,48	0,48	11,76	48,96
Итого:	0,48	0,48	11,76	48,96	
<b>Обед</b>					
1. Салат из капусты с растительным маслом	50	0,817	4,047	2,324	49,477
2. Суп гречневый на к/б	180	2,907	3,309	17,972	114,419
3. Гуляш из курицы	70/20	16,755	21,226	7,358	287,492
4. Макароны отварные	120	4,063	2,903	27,154	153,614
5. Напиток из плодов шиповника	180	0,288	0,126	13,912	59,121
6. Хлеб ржаной	37	2,293	0,414	12,557	65,415
7. Хлеб пшеничный	24	1,756	0,671	12,027	61,779
Итого:	28,88	32,695	93,303	791,318	
<b>Полдник</b>					
1. Творожный пудинг	110	15,132	10,156	20,577	237,38
2. Кисель-подлива	20	0,06	0	18,365	73,691
3. Чай с сахаром	190	0	0	14,97	59,85
Итого:	15,192	10,156	53,912	370,92	
<b>Итого за день:</b>	<b>54,69</b>	<b>63,385</b>	<b>207,486</b>	<b>1630,60</b>	

## Ясли 10,5 ч

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
<b>Завтрак</b>					
1. Каша геркулесовая молочная	150	4,993	6,903	19,584	162,581
2. Кофейный напиток с молоком	170	2,913	3,244	12,466	92,07
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:	9,733	16,607	44,381	370,065	
<b>2й Завтрак</b>					
1. Яблоко отечественные 1с	120	0,48	0,48	11,76	48,96
Итого:	0,48	0,48	11,76	48,96	
<b>Обед</b>					
1. Салат из капусты с растительным маслом	40	0,635	3,037	1,848	37,652
2. Суп гречневый на к/б	150	2,373	2,032	14,771	87,754
3. Гуляш из курицы	60/20	13,864	16,607	6,762	232,009
4. Макароны отварные	90	2,625	4,4	17,465	121,65
5. Напиток из плодов шиповника	150	0,24	0,105	10,276	44,001
6. Хлеб ржаной	30	1,83	0,33	10,02	52,2
7. Хлеб пшеничный	20	1,434	0,548	9,82	50,444
Итого:	23	27,059	70,963	625,71	
<b>Полдник</b>					
1. Творожный пудинг	80	12,317	8,724	12,155	178,947
2. Кисель-подлива	20	0,06	0	16,389	65,79
3. Чай с сахаром	180	0	0	9,98	39,9
Итого:	12,377	8,724	38,524	284,638	
<b>Итого за день:</b>	<b>45,59</b>	<b>52,87</b>	<b>165,627</b>	<b>1329,37</b>	

Заведующий \_\_\_\_\_ Горохова Т.А.