

Меню на 15.04.2024, День 6

МКДОУ: детский сад №16

Сад 10,5 ч.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Яйцо	25	2,54	2,3	0,14	31,4
2. Макароны отварные с маслом и с сахаром	140	4,064	5,434	36,96	215,592
3. Чай с сахаром	190	0	0	14,97	59,85
4. Повидло	21	0,084	0	13,758	52,673
5. Хлеб пшеничный	30	2,151	0,822	14,73	75,666
Итого:		8,839	8,556	80,558	435,181
2й Завтрак					
1. Сок	99	0,495	0,099	10	45,545
Итого:		0,495	0,099	10	45,545
Обед					
1. Суп гороховый на к/б	180	4,908	2,416	18,787	118,759
2. Сердце тушеное с овощами	70	95,089	62,278	37,421	159,889
3. Рис отварной	150	2,357	4,458	24,695	148,347
4. Соус основной красный	20	1,62	1,793	12,918	74,495
5. Компот из смеси сухофруктов (витаминизированный)	180	0,33	0	17,18	69,75
6. Хлеб ржаной	37	2,276	0,41	12,461	64,916
7. Хлеб пшеничный	24	1,724	0,659	11,803	60,629
Итого:		108,305	72,013	135,265	696,784
Полдник					
1. пряник глазированный	49	2,376	1,386	38,465	175,743
2. Кефир с сахаром	200	4,666	5,149	11,439	114,934
Итого:		7,042	6,535	49,904	290,677
Итого за день:		124,681	87,203	275,728	1468,18

Ясли 10,5 ч

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Яйцо	25	2,54	2,3	0,14	31,4
2. Макароны отварные с маслом и с сахаром	100	2,635	6,107	25,386	168,727
3. Чай с сахаром	180	0	0	9,98	39,9
4. Повидло	10	0,04	0	6,465	24,75
5. Хлеб пшеничный	25	1,793	0,685	12,275	63,055
Итого:		7,007	9,092	54,245	327,832
2й Завтрак					
1. Сок	99	0,495	0,099	10	45,545
Итого:		0,495	0,099	10	45,545
Обед					
1. Суп гороховый на к/б	150	3,737	1,93	18,494	107,622
2. сердце тушеное с овощами	60	78,414	52,168	30,572	137
3. Рис отварной	100	1,758	4,373	18,355	119,818
4. Соус основной красный	20	1,229	2,924	9,27	68,5
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
7. Хлеб пшеничный	20	1,434	0,548	9,82	50,444
Итого:		88,665	62,272	112,272	599,363
Полдник					
1. Пряник глазированный	49	2,376	1,386	38,465	175,743
2. Кефир с сахаром	170	4,35	4,8	10,99	108,45
Итого:		6,726	6,186	49,455	284,193
Итого за день:		102,894	77,649	225,973	1256,93

Заведующий _____ Горохова Т.А.