

Меню на 19.04.2024, День 10

МКДОУ: детский сад №16

Сад 10,5 ч.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Каша молочная "Дружба"	180	4,831	5,819	27,559	182,988
2. Кофейный напиток с молоком	180	2,512	2,762	13,976	92,032
3. Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8
4. Хлеб пшеничный	26	1,876	0,717	12,847	65,991
5. Сыр	11	2,577	3,249	0	40,555
Итого:		11,846	20,797	54,462	456,366
2й Завтрак					
1. Яблоки отечественные 1с	130	0,52	0,52	12,74	53,04
Итого:		0,52	0,52	12,74	53,04
Обед					
1. Салат "Свежесть"	60	0,843	4,059	2,473	50,184
2. Суп картофельный с курицей, с гречками	180	5,973	6,346	31,6	208,512
3. Рыба с овощами под омлетом	170	21,689	15,84	6,968	212,091
4. Напиток из плодов шиповника	180	0,297	0,13	14,038	59,734
5. Хлеб ржаной	39	2,432	0,438	13,314	69,362
Итого:		31,234	26,814	68,393	599,883
Полдник					
1. Булочка домашняя с повидлом	80	5,855	6,652	51,225	285,695
2. Молоко	200	5,6	6,4	9,4	120
Итого:		11,455	13,052	60,625	405,695
Итого за день:		55,055	61,183	196,22	1514,98

Ясли 10,5 ч

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Каша молочная "Дружба"	150	4,23	6,469	22,971	168,077
2. Кофейный напиток с молоком	170	2,486	2,751	11,782	83,016
3. Масло сливочное	7	0,035	5,775	0,056	52,36
4. Хлеб пшеничный	25	1,793	0,685	12,275	63,055
5. Сыр	6,5	1,405	1,772	0	22,118
Итого:		9,948	17,453	47,084	388,626
2й Завтрак					
1. Яблоко отечественные 1с	130	0,52	0,52	12,74	53,04
Итого:		0,52	0,52	12,74	53,04
Обед					
1. Салат "Свежесть"	40	0,672	1,053	2,029	20,568
2. Суп картофельный с курицей, с гречками	150	5,021	6,672	27,197	189,885
3. Рыба с овощами под омлетом	150	16,923	12,605	6,362	167,999
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:		24,686	20,765	55,885	474,653
Полдник					
1. Булочка домашняя с повидлом	70	5,037	6,304	47,636	264,886
2. Молоко	150	4,2	4,8	7,05	90
Итого:		9,237	11,104	54,686	354,886
Итого за день:		44,392	49,842	170,395	1271,20

Заведующий _____ Горохова Т.А.