

# Меню на 24.04.2024, День 3

МКДОУ: детский сад №16

## Сад 10,5 ч.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
<b>Завтрак</b>					
1. Каша пшеничная молочная	180	5,695	7,325	26,347	195,37
2. Кофейный напиток с молоком	180	2,973	3,268	14,882	102,279
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:		10,869	19,665	56,039	448,115
<b>2й Завтрак</b>					
1. Сок	90	0,45	0,09	9,09	41,4
Итого:		0,45	0,09	9,09	41,4
<b>Обед</b>					
1. Икра свекольная	50	0,974	2,051	5,254	43,352
2. Суп "Вермишелевый"	180	4,574	4,286	34,151	194,622
3. Котлета из курицы	70	19,764	21,46	6,452	298,204
4. Капуста тушеная	150	3,641	5,212	11,773	110,489
5. Кисель плодово-ягодный (витаминизированный)	180	0,1	0	27,365	109,85
6. Хлеб ржаной	40	2,44	0,44	13,36	69,6
7. Хлеб пшеничный	30	2,151	0,822	14,73	75,666
Итого:		33,643	34,272	113,086	901,782
<b>Полдник</b>					
1. Оладьи с маслом и с сахаром	80	5,773	9,302	40,168	268,15
2. Кефир с сахаром	200	5,8	6,4	12,99	137,95
Итого:		11,573	15,702	53,158	406,1
<b>Итого за день:</b>		<b>56,536</b>	<b>69,728</b>	<b>231,373</b>	<b>1797,39</b>

## Ясли 10,5 ч

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
<b>Завтрак</b>					
1. Каша пшеничная молочная	150	5,115	6,335	23,014	170,79
2. Кофейный напиток с молоком	170	2,947	3,257	12,701	93,319
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:		9,889	16,052	48,046	379,524
<b>2й Завтрак</b>					
1. Сок	90	0,45	0,09	9,09	41,4
Итого:		0,45	0,09	9,09	41,4
<b>Обед</b>					
1. Икра свекольная	40	0,92	1,053	6,915	40,834
2. Суп "Вермишелевый"	150	3,82	2,368	28,654	152,139
3. Котлета из курицы	60	17,034	18,7	6,347	262,054
4. Капуста тушеная	100	3,124	3,2	11,028	86,95
5. Кисель плодово-ягодный (витаминизированный)	150	0,08	0	22,89	91,87
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:		28,242	26,2	95,675	736,491
<b>Полдник</b>					
1. Оладьи с маслом и с сахаром	60	4,463	7,873	27,648	199,81
2. Кефир с сахаром	170	4,93	5,44	11,79	120,25
Итого:		9,393	13,313	39,438	320,06
<b>Итого за день:</b>		<b>47,974</b>	<b>55,655</b>	<b>192,249</b>	<b>1477,47</b>

Заведующий \_\_\_\_\_ Горохова Т.А.