

Меню на 25.04.2024, День 4

МКДОУ: детский сад №16

Сад 10,5 ч.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Каша рисовая молочная	180	4,164	6,076	29,41	189,917
2. Какао на молоке	180	3,073	3,399	13,908	99,693
3. Хлеб пшеничный	30	2,151	0,822	14,73	75,666
4. Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8
Итого:	9,438	18,547	58,128	440,076	
2й Завтрак					
1. Сок	101	0,508	0,102	10,259	46,723
Итого:	0,508	0,102	10,259	46,723	
Обед					
1. Салат из сельди	40	5,452	4,825	0,827	68,64
2. Свекольник на к/б со сметаной	180	2,47	4,293	16,242	113,737
3. Картофельная запеканка с курицей	230	21,524	24,277	35,033	445,211
4. Соус основной красный	20	1,495	1,784	12,196	71,029
5. Компот из смеси сухофруктов (витаминизированный)	180	0,33	0	17,18	69,75
6. Хлеб ржаной	42	2,588	0,467	14,171	73,825
Итого:	33,859	35,646	95,649	842,193	
Полдник					
1. Омлет	110	6,495	11,491	2,655	140,583
2. Чай с сахаром	190	0	0	14,97	59,85
3. Хлеб пшеничный	35	2,51	0,959	17,185	88,277
Итого:	9,005	12,45	34,81	288,71	
Итого за день:	52,81	66,743	198,845	1617,70	

Ясли 10,5 ч

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Каша рисовая молочная	150	4,061	5,713	19,141	145,374
2. Какао на молоке	170	3,042	3,376	11,896	91,323
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:	8,931	15,549	43,368	352,112	
2й Завтрак					
1. Сок	90	0,45	0,09	9,09	41,4
Итого:	0,45	0,09	9,09	41,4	
Обед					
1. Салат из сельди	35	4,184	4,409	0,344	57,852
2. Свекольник на к/б со сметаной	150	1,838	2,246	12,678	78,465
3. Картофельная запеканка с курицей	170	20,187	22,216	34,289	418,252
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:	29,484	32,127	82,154	738,108	
Полдник					
1. Омлет	95	6,2	7,718	2,16	103,342
2. Чай с сахаром	180	0	0	9,98	39,9
3. Хлеб пшеничный	25	1,793	0,685	12,275	63,055
Итого:	7,993	8,403	24,415	206,297	
Итого за день:	46,857	56,169	159,027	1337,91	

Заведующий _____ Горохова Т.А.