

Меню на 02.09.2024, День 6

МКДОУ: детский сад №16

Сад 10,5 ч.

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Яйцо	55	5,08	4,6	0,28	62,8
2. Макароны отварные с маслом и с сахаром	140	4,195	6,215	37,816	226,661
3. Чай с сахаром	190	0	0	14,97	59,85
4. Повидло	23	0,091	0	14,912	57,091
5. Хлеб пшеничный	30	2,151	0,822	14,73	75,666
Итого:	11,517	11,637	82,708	482,068	
2й Завтрак					
1. Сок	98	0,495	0,099	9,989	45,494
Итого:	0,495	0,099	9,989	45,494	
Обед					
1. Суп гороховый на к/б	180	5	2,331	17,625	113,869
2. Сердце тушеное с овощами	70	110,469	71,674	43,511	179,935
3. Рис отварной	150	2,617	5,32	27,398	167,956
4. Компот из смеси сухофруктов (витаминизированный)	180	0,276	0	15,996	64,841
5. Хлеб ржаной	41	2,538	0,458	13,894	72,384
6. Хлеб пшеничный	30	2,18	0,833	14,926	76,675
Итого:	123,08	80,616	133,351	675,66	
Полдник					
1. пряник глазированный	54	2,637	1,538	42,692	195,055
2. Кефир с сахаром	186	5,252	5,795	12,234	126,798
Итого:	7,889	7,334	54,926	321,853	
Итого за день:	142,981	99,685	280,974	1525,07	

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	2,64	6,875	25,393	175,691
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:	7,012	9,86	54,253	334,796	
2й Завтрак					
1. Сок	98	0,495	0,099	9,989	45,494
Итого:	0,495	0,099	9,989	45,494	
Обед					
1. Суп гороховый на к/б	150	3,737	1,93	18,494	107,622
2. сердце тушеное с овощами	60	82,703	54,794	32,135	141,754
3. Рис отварной	100	1,758	4,373	18,355	119,818
4. Компот из сухофруктов (витаминизированный)	150	0,22	0	14,78	59,8
5. Хлеб ржаной	30	1,83	0,33	10,02	52,2
6. Хлеб пшеничный	20	1,434	0,548	9,82	50,444
Итого:	91,681	61,974	103,604	531,637	
Полдник					
1. Пряник глазированный	54	2,637	1,538	42,692	195,055
2. Кефир с сахаром	156	4,382	4,835	11,034	109,098
Итого:	7,019	6,374	53,726	304,153	
Итого за день:	106,207	78,307	221,572	1216,08	

Заведующий _____ Горохова Т.А.