

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №52"

/Новикова А.С.

# МЕНЮ

20 марта 2024 г.

сад 12 часов

| Наименование блюда                                     | Выход | Химический состав |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|  |       | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| <b>Завтрак</b>   |       |                   |         |             |                               |
| КАША ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ                                    | 200   | 4,6               | 5,5     | 17,8        | 140                           |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)                        | 200   | 1,4               | 4,1     | 16,2        | 107                           |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                                       | 180   | 3,6               | 3,7     | 17,7        | 120                           |
| ЧАЙ (аллергики)  | 180   | 0,1               |         | 0,1         | 1                             |
| БАТОН  | 30    | 2,3               | 0,9     | 15,2        | 79                            |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                                       | 10    | 0,1               | 8,3     | 0,1         | 75                            |
| МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ (аллергики)                         | 10    |                   | 9,7     |             | 87                            |
| Итого  |       | 10,6              | 18,4    | 50,8        | 414                           |
| <b>Обед</b>  |       |                   |         |             |                               |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 200   | 2,4               | 6,1     | 15,5        | 134                           |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (аллергики)                   | 200   | 1,8               | 5,1     | 13,4        | 107                           |
| БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА                         | 75    | 16                | 39,7    | 4,6         | 449                           |
| БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергики)             | 75    | 8,2               | 21,6    | 0,6         | 230                           |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                            | 150   | 4,9               | 4,5     | 31,8        | 187                           |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)                         | 150   | 2,9               | 5,5     | 23,8        | 156                           |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                            | 180   | 0,3               |         | 14,3        | 59                            |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ  | 44    | 2,9               | 0,5     | 18          | 88                            |
| БАТОН (аллергики)                                      | 40    | 3                 | 1,2     | 20,2        | 105                           |
| Итого  |       | 26,5              | 50,8    | 84,2        | 917                           |
| <b>Полдник</b>   |       |                   |         |             |                               |
| КЕФИР  | 180   | 5,2               | 5,8     | 7,2         | 101                           |
| БАТОН (аллергики)                                      | 30    | 2,2               | 0,9     | 14,7        | 77                            |
| ЧАЙ (аллергики)  | 150   | 0,1               |         | 0,1         | 1                             |
| Итого  |       | 5,2               | 5,8     | 7,2         | 101                           |
| <b>Ужин</b>  |       |                   |         |             |                               |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА                                      | 190   | 29,5              | 23,7    | 27,8        | 442                           |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)                          | 150   | 2,5               | 5,4     | 20,3        | 139                           |
| МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)                              | 70    | 12,4              | 28,8    | 0,4         | 311                           |
| СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ (АБРИКОСОВЫЙ)                 | 60    | 0,1               |         | 4,2         | 17                            |
| ЧАЙ  | 200   | 0,1               |         | 0,3         | 2                             |
| БАТОН  | 30    | 2,3               | 0,9     | 15,2        | 79                            |
| Итого  |       | 32                | 24,6    | 47,5        | 540                           |
| Всего  |       | 74,3              | 99,6    | 189,7       | 1972                          |

Медицинская сестра

Воронцова И.А.