

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №52"

/Новикова А.С./

МЕНЮ

3 октября 2023 г.

сад 12 часов



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	200	3,3	5,8	13,2	120
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	200	2,7	7,4	19,3	154
КАКАО С МОЛОКОМ	159	3	3	13,8	95
ЧАЙ (аллергики)	180	0,1		0,1	1
БАТОН	26	2	0,8	13,1	68
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,5	3,2		40
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ (аллергики)	11		10,9		98
Итого		10,8	12,8	40,1	323
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	41	0,3		1	6
СУП СО СВЕЖЕЙ РЫБОЙ	200	9,3	4,9	13,1	133
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	200	1,2	2,8	9	67
КОТЛЕТЫ	75	11,8	28,8	10,1	348
МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	75	10,8	25	0,4	270
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,6	4,6	16	116
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	115	1,7	5,2	14,6	112
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,2		12,6	52
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,4	16,5	80
БАТОН (аллергики)	40	3	1,2	20,2	105
Итого		26,9	38,7	69,3	735
Полдник					
КЕФИР	157	4,6	5	6,3	88
ЧАЙ (аллергики)	150			0,1	1
БАТОН (аллергики)	26	1,9	0,8	12,7	66
Итого		4,6	5	6,3	88
Ужин					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	182	21,4	24,5	3,7	322
ПЛОВ (аллергики)	216	14,8	34,7	37,2	520
МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ	25	0,4	0,8	1,9	16
ЧАЙ	200	0,1		0,2	1
БАТОН	26	2	0,8	13,1	68
Итого		23,9	26,1	18,9	407
Всего		66,2	82,6	134,6	1553

Медицинская сестра

Воронцова И.А.