

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №52"

Новикова А.С./



МЕНЮ

13 сентября 2023 г.

сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ	200	5	5,8	18,8	147
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	1,6	4,9	19,7	130
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,8	4	18,4	126
ЧАЙ (аллергики)	180	0,1		0,2	1
БАТОН	32	2,4	0,9	16,2	84
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ (аллергики)	12		11,3		101
Итого		11,3	19	53,5	432
Обед					
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	2,6	7	15,7	142
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (аллергики)	202	1,7	6	13,7	117
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	76	9,2	23,3	3,3	266
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергики)	76	8,2	20,4	0,6	219
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	151	4,9	4,4	31,9	187
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	142	2,7	6,4	22,3	158
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		14,8	61
ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,9	0,5	17,7	87
БАТОН (аллергики)	40	3	1,2	20,2	105
Итого		19,9	35,2	83,4	743
Полдник					
КЕФИР	198	5,8	6,4	7,9	111
БАТОН (аллергики)	32	2,3	0,9	15,7	82
ЧАЙ (аллергики)	150	0,1		0,2	1
Итого		5,8	6,4	7,9	111
Ужин					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	197	30,1	21,3	32,4	440
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	144	2,3	6,3	19	142
МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	71	12,4	28,9	0,5	313
СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ (АБРИКОСОВЫЙ)	63	0,1		4,9	20
ЧАЙ	200	0,1		0,3	2
БАТОН	32	2,4	0,9	16,2	84
Итого		32,7	22,2	53,8	546
Всего		69,7	82,8	198,6	1832

Медицинская сестра

Воронцова И.А.