

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №52"

/Новикова А.С./

**МЕНЮ**

10 января 2024 г.

сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
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
Обед					
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
Полдник					
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
Ужин					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	24,1	25,8	4,3	346
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ (аллергики)	200	9,5	16,8	27,1	299
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	40	1,2	0,1	2,5	16
ЧАЙ	200	0,1		0,3	2
БАТОН	30	2,3	0,9	15,2	79
Итого		27,7	26,8	22,3	443
Всего		70	101,8	164,5	1875

Медицинская сестра

Воронцова И.А.