

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №52"

/Новикова А.С./

# МЕНЮ

12 января 2024 г.

сад 12 часов



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	200	3,7	4,4	19,9	134
КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	2,5	3,2	20,2	120
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		9,7	17,3	52,9	408
<b>Обед</b>					
ЩИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	1,8	3,9	8,5	84
ЩИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ (аллергики)	200	2,2	2,1	10,1	69
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	15,9	39	4,2	432
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергики)	70	15,3	37	1,1	400
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	4,5	3	32,1	174
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	120	6,8	6,2	30,7	206
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		25,4	46,4	77,1	837
<b>Полдник</b>					
ЧАЙ					
ПЕЧЕНЬЕ	150	0,1		0,2	1
БАТОН (аллергики)	56	4,2	5,5	41,7	234
Итого	40	2,9	1,2	19,6	102
		4,3	5,5	41,9	235
<b>Ужин</b>					
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ					
МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	100	13,4	8,7	13,4	185
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	80	11,1	25,6	0,6	278
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (аллергики)	170	4,2	6,8	25,1	178
МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ	190	2,8	6,1	22,5	156
ЧАЙ	40	0,5	1,1	2,8	23
БАТОН	180	0,1		0,3	2
Итого	30	2,3	0,9	15,2	79
Всего		20,5	17,5	56,8	467
		59,9	86,7	228,7	1947

Медицинская сестра

Воронцова И.А.