

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №52"

Новикова А.С./

МЕНЮ

15 января 2024 г.

сад 12 часов



| Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | |
| КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" | 200 | 4,4 | 5 | 20,3 | 145 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики) | 200 | 5,8 | 8,1 | 26,6 | 202 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 180 | 3,7 | 3,9 | 18 | 123 |
| ЧАЙ (аллергики) | 180 | 0,1 | | 0,2 | 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 | | 10,5 | 18,1 | 53,6 | 422 |
| Обед | | | | | |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ | 200 | 1,6 | 2,1 | 9 | 62 |
| ТЕФТЕЛИ | 90 | 13,3 | 31,3 | 8,5 | 371 |
| МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики) | 70 | 10,1 | 23,5 | 0,4 | 254 |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ | 130 | 4,2 | 5,6 | 26,3 | 173 |
| 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 | | 22,3 | 39,5 | 76,1 | 753 |
| Полдник | | | | | |
| КЕФИР | 180 | 5,2 | 5,8 | 7,2 | 101 |
| ЧАЙ (аллергики) | 150 | | | 0,1 | 1 |
| БАТОН (аллергики) | 30 | 2,2 | 0,9 | 14,7 | 77 |
| Итого | | 5,2 | 5,8 | 7,2 | 101 |
| Ужин | | | | | |
| КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ | 100 | 13,9 | 5,8 | 14,8 | 167 |
| МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики) | 80 | 11,8 | 27,5 | 0,5 | 297 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 170 | 4,2 | 4,6 | 25,1 | 159 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики) | 200 | 3,3 | 7,2 | 27 | 186 |
| СВЕКЛА ТУШЕНАЯ | 30 | 0,6 | 0,9 | 2,9 | 22 |
| ЧАЙ | 200 | 0,1 | | 0,3 | 2 |
| БАТОН | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,2 | 79 |
| Итого | | 21,1 | 12,2 | 58,3 | 429 |
| Всего | | 59,1 | 75,6 | 195,2 | 1705 |

Медицинская сестра

Воронцова И.А.