

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №52"

/Новикова А.С./



МЕНЮ

9 января 2024 г.

сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ	200	5	5	22	154
КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	2,5	5,2	20,2	137
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,7	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		11,1	17,9	55	428
Обед					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЁНЫМ	200	5,8	2,4	19,5	124
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	80	16,8	41,8	4,8	462
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергики)	80	9,6	22,9	4,4	262
РИС ОТВАРНОЙ	150	3,7	5,2	38,8	217
РИС ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	3,7	5,4	38,8	218
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		29,5	49,9	95,4	950
Полдник					
КЕФИР	180	5,2	5,8	7,2	101
ЧАЙ (аллергики)	150			0,1	1
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ (аллергики)	30	2,2	0,9	14,7	77
БАТОН (аллергики)	30		5,8	7,2	101
Итого		5,2	5,8	7,2	101
Ужин					
КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	230	7,2	6,4	26,4	192
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергики)	65	10,9	25,8	3,6	291
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	180	2,6	5,3	30,6	180
ЧАЙ	180	0,1		0,3	2
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
БАТОН	30	2,3	0,9	15,2	79
Итого		9,7	15,6	42	348
Всего		55,5	89,2	199,6	1827

Медицинская сестра

Воронцова И.А.