

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №52"

/Новикова А.С./

**МЕНЮ**

21 января 2025 г.

сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША РИСОВАЯ НА МОЛОКЕ	200	4,91	5,27	26,83	175,29
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	200	5,98	7,95	27,09	203,67
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,58	4,88	18,31	136,81
ЧАЙ (аллергики)	180	0,06	0,00	0,12	0,69
БАТОН	30	2,25	0,87	15,15	78,90
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	11	2,61	3,34	0,00	41,25
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ (аллергики)	15	0,00	14,54	0,00	130,80
Итого		14,35	14,36	60,29	432,25
<b>II Завтрак</b>					
КЕФИР	120	3,48	3,84	4,80	67,19
БАТОН (аллергики)	20	3,75	1,45	25,25	131,50
ЧАЙ (аллергики)	200	0,07	0,00	0,14	0,80
Итого		3,48	3,84	4,80	67,19
<b>Обед</b>					
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	1,90	3,70	8,65	81,77
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (аллергики)	200	1,38	3,08	6,79	60,86
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	9,98	5,71	11,81	139,23
МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	80	11,47	26,51	0,49	286,54
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	4,26	6,64	21,67	164,11
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	180	2,98	3,50	24,30	140,93
МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ	30	0,41	1,63	2,11	25,10
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,25	0,04	14,37	59,29
ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,90	0,48	18,04	88,00
БАТОН (аллергики)	30	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого		19,70	18,20	76,65	557,50
<b>Ужин</b>					
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	240	11,52	21,38	26,19	344,96
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ (аллергики)	240	8,45	9,42	26,14	224,76
БАТОН	30	2,25	0,87	15,15	78,90
ЧАЙ	200	0,10	0,00	0,20	1,20
Итого		13,87	22,25	41,54	425,06
Всего		51,40	58,65	183,28	1 482,00

Медицинская сестра

Воронцова И.А.