

Согласованно:
Заведующий МДОАУ



Меню на 10.12.2024г.



| Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|----------------------------------------------|----------------|----------------------|--------------|--------------|-----------------------------------|
| | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Завтрак 1 | | | | | |
| Батон нарезной | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 78,50 |
| Сыр (порциями) | 10 | 2,61 | 2,66 | 0,35 | 35,75 |
| Каша манная молочная | 160 | 5,84 | 2,80 | 32,43 | 178,29 |
| Чай с молоком | 200 | 1,50 | 1,30 | 17,40 | 87,00 |
| Итого за Завтрак 1 | 400 | 12,20 | 7,63 | 65,60 | 379,54 |
| Завтрак 2 | | | | | |
| Компот из сушеных фруктов | 180 | 0,38 | 0,02 | 24,67 | 100,38 |
| Итого за Завтрак 2 | 180 | 0,38 | 0,02 | 24,67 | 100,38 |
| Обед | | | | | |
| Салат картофельный с кукурузой и морковью | 50 | 1,55 | 3,45 | 10,95 | 81,00 |
| Борщ с капустой и картофелем | 200 | 1,65 | 14,20 | 10,70 | 78,70 |
| Плов из птицы | 160 | 12,96 | 9,06 | 25,54 | 299,90 |
| Компот из свежих плодов | 180 | 0,17 | 0,17 | 12,52 | 52,20 |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 16,70 | 85,40 |
| Итого за Обед | 640 | 19,63 | 27,48 | 76,41 | 597,20 |
| Полдник | | | | | |
| Кисель плодово-ягодный | 200 | 0,02 | 0,00 | 28,75 | 115,09 |
| Оладьи с маслом | 55 | 4,50 | 7,22 | 22,83 | 174,29 |
| Итого за Полдник | 255 | 4,52 | 7,22 | 51,58 | 289,38 |
| Ужин | | | | | |
| Суфле из рыбы | 80 | 13,04 | 8,15 | 3,46 | 139,38 |
| Пюре картофельное | 150 | 3,27 | 5,15 | 22,00 | 147,46 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,05 | 10,05 | 41,46 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,72 | 1,46 | 25,70 | 131,00 |
| Итого за Ужин | 480 | 8,82 | 10,68 | 37,44 | 459,30 |
| Итого за день | 880 | 10,49 | 24,88 | 76,89 | 653,09 |