

Согласовано:
Заведующий МДОУ



* Меню на 11.12.2024г.



Утверждено: ген. директор
«КООП "Комбинат питания № 1"»
И. С. Зубавленко

| Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|---|----------------|----------------------|--------------|---------------|-----------------------------------|
| | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Завтрак 1 | | | | | |
| Батон нарезной | 30 | 1,86 | 0,73 | 12,85 | 65,50 |
| Повидло | 10 | 0,017 | 0 | 6,49 | 25,67 |
| Каша овсяная молочная | 170 | 7,51 | 5,10 | 33,23 | 208,97 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,05 | 10,05 | 41,46 |
| Итого за Завтрак 1 | 410 | 9,59 | 5,88 | 62,62 | 341,60 |
| Завтрак 2 | | | | | |
| Соки, овощные, фруктовые, ягодные | 180 | 1,05 | 0,15 | 19,80 | 90,00 |
| Итого за Завтрак 2 | 180 | 1,05 | 0,15 | 19,80 | 90,00 |
| Обед | | | | | |
| Салат из белокачанной капусты с морковью | 50 | 0,80 | 5,05 | 2,06 | 21,30 |
| Суп картофельный с крупой | 200 | 1,71 | 1,86 | 13,97 | 79,49 |
| Оладьи из печени по- кунцевски | 70 | 12,11 | 8,19 | 8,26 | 155,40 |
| Каша гречневая вязкая | 130 | 3,92 | 4,08 | 17,56 | 122,45 |
| Компот из сушеных фруктов | 180 | 0,38 | 0,02 | 24,67 | 100,38 |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 16,70 | 85,40 |
| Итого за Обед | 680 | 22,22 | 19,80 | 83,22 | 564,42 |
| Полдник | | | | | |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 2,97 | 2,89 | 14,27 | 94,95 |
| Печенье | 50 | 1,75 | 4,90 | 30,20 | 208,50 |
| Итого за Полдник | 250 | 4,72 | 7,79 | 44,47 | 303,45 |
| Ужин | | | | | |
| Макароны, запеченные с сыром | 205 | 9,56 | 10,58 | 39,24 | 272,00 |
| Чай с лимоном | 200 | 0,27 | 0,06 | 10,27 | 42,64 |
| Хлеб пшеничный | 45 | 3,38 | 1,30 | 23,13 | 117,90 |
| Итого за Ужин | 450 | 13,21 | 11,94 | 72,64 | 432,54 |
| Итого за день | 1 970 | 50,79 | 45,56 | 282,75 | 1 732,01 |