

Согласовано:  
Заведующий МДОУ



Утверждаю: ген. директор  
ООО "Комбинат питания № 1"  
И. С. Зубавленко



**Меню на 14.08.2024г.**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углевод	
<b>Завтрак 1</b>					
Батон нарезной	30	1,86	0,73	12,85	65,50
Сыр (порциями)	10	2,61	2,66	0,35	35,75
Каша овсяная молочная	180	7,96	5,40	35,18	221,27
Кофейный напиток с молоком	180	2,74	2,83	13,17	89,15
<b>Итого за Завтрак 1</b>	<b>400</b>	<b>15,17</b>	<b>11,62</b>	<b>61,55</b>	<b>411,67</b>
<b>Завтрак 2</b>					
Соки, овощные, фруктовые, ягодные	180	1,05	0,15	19,80	90,00
<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>180</b>	<b>1,05</b>	<b>0,15</b>	<b>19,80</b>	<b>90,00</b>
<b>Обед</b>					
Салат из свежих огурцов	50	0,35	5,05	1,00	51,00
Борщ с капустой и картофелем	200	1,65	3,26	10,70	78,70
Котлеты рубленные	70	10,20	12,91	6,63	183,53
Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,65	4,56	36,01	207,67
ягодный	180	0,02	0,00	25,87	103,58
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	85,40
<b>Итого за Обед</b>	<b>680</b>	<b>21,17</b>	<b>26,38</b>	<b>96,91</b>	<b>709,88</b>
<b>Полдник</b>					
Молоко кипяченое	200	5,82	6,42	9,43	118,83
Печенье	50	1,75	4,90	30,20	208,50
<b>Итого за Полдник</b>	<b>250</b>	<b>7,57</b>	<b>11,32</b>	<b>39,63</b>	<b>327,33</b>
<b>Ужин</b>					
Омлет с картофелем	205	12,79	17,00	21,48	290,20
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46
Хлеб пшеничный	50	3,75	1,45	25,70	130,85
<b>Итого за Ужин</b>	<b>455</b>	<b>16,74</b>	<b>18,50</b>	<b>57,23</b>	<b>462,51</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1 965</b>	<b>61,70</b>	<b>67,97</b>	<b>275,12</b>	<b>2 001,39</b>