Согласованно:
Заведующий МДОАУ____

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

# Меню на 21.10.2024г.

| 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 |
| Масло (порциями) | 5 | 0,04 | 3,9 | 0,05 | 35,44 |
| Каша пшенная молочная | 190 | 8,44 | 4,61 | 42,59 | 245,65 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,18 | 0,05 | 9,00 | 37,00 |
| **Итого за Завтрак 1** | **405** | **10,52** | **9,29** | **64,49** | **383,59** |
| **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 яблоками | 50 | 5,50 | 5,00 | 3,15 | 60,00 |
| Суп картофельный с крупой | 200 | 1,71 | 1,86 | 13,97 | 79,49 |
| Биточки рубленные | 70 | 7,81 | 5,89 | 7,85 | 115,50 |
| Макаронные изделия отварные с маслом | 130 | 5,65 | 4,56 | 36,01 | 207,67 |
| 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** | **24,35** | **17,93** | **102,35** | **648,44** |
| **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** | | | | | |
| Пудинг из творога со сгущенным молоком | 200 | 16,80 | 15,59 | 25,10 | 301,10 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,05 | 10,05 | 41,46 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,75 | 1,45 | 25,70 | 130,85 |
| **Итого за Ужин** | **450** | **20,75** | **17,09** | **60,85** | **473,41** |
| **Итого за день** | **1 965** | **61,39** | **52,25** | **291,96** | **1 898,89** |