

На 08 Июль 2024г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

**МБДОУ 36 Искорка**

*Маселко О. В.*

Сад				
	выход	выход	ккал	ккал
<b>Завтрак</b>			<b>372.62</b>	<b>323.59</b>
Макароны отварные с маслом	80	60	128.53	88.70
Бутерброд с маслом	30	30	97.90	97.90
Яйцо отварное	55	55	76.84	76.84
Кабачковая икра	45	40	44.86	39.20
Чай с сахаром	180	150	24.49	20.95
<b>Завтрак 2</b>			<b>154.14</b>	<b>126.87</b>
Сок фруктовый	76	76	35.13	35.13
Печенье галетное	28	22	119.01	91.74
<b>Обед</b>			<b>685.43</b>	<b>524.56</b>
Борщ с капустой и картофелем	200	150	162.97	128.86
Котлета мясная	50	45	170.48	142.77
Каша гречневая рассыпчатая	80	60	120.01	83.56
Помидоры свежие	50	45	8.59	7.73
Хлеб пшеничный	36	22	87.70	53.24
Хлеб ржано – пшеничный	38	30	77.24	60.30
Компот из сухофруктов и сливы	200	150	58.44	48.10
<b>Полдник</b>			<b>379.21</b>	<b>321.99</b>
Пудинг творожный с рисом	120	100	263.20	208.89
Кефир	220	215	116.01	113.10
			<b>1591.40</b>	<b>1297.01</b>
Стоимость	дня	156	133	

Медсестра \_\_\_\_\_ ( \_\_\_\_\_ )

Номер	Название	Сал			Ясли				
		Ккал	Белки	Углеводы	Ккал	Белки	Углеводы	Жиры	
<b>Завтрак</b>									
1.386	Макаронны отварные с маслом	372.62	13.17	41.14	15.94	323.59	11.71	33.01	14.94
3.441	Бутерброд с маслом	128.53	3.96	19.72	2.94	88.70	2.61	13.02	2.31
3.390	Яйцо отварное	97.90	2.16	10.67	4.46	97.90	2.16	10.67	4.46
1.22	Кабачковая икра	76.84	6.22	0.34	5.63	76.84	6.22	0.34	5.63
1.307	Чай с сахаром	44.86	0.73	3.39	2.88	39.20	0.64	2.96	2.52
<b>Завтрак 2</b>									
2.70	Сок фруктовый	24.49	0.10	7.02	0.03	20.95	0.08	6.02	0.02
1.1476	Печенье галетное	154.14	2.52	28.87	2.88	126.87	2.03	24.01	2.24
<b>Обед</b>		35.13	0.38	7.64	0.08	35.13	0.38	7.64	0.08
2.1009	Борщ с капустой и картофелем	119.01	2.14	21.23	2.80	91.74	1.65	16.37	2.16
12.396	Котлета мясная	685.43	26.09	88.59	24.59	524.56	20.46	64.98	19.84
1.357	Каша гречневая рассыпчатая	162.97	3.27	19.43	7.51	128.86	2.64	15.56	5.91
1.56	Помидоры свежие	170.48	11.98	2.02	12.61	142.77	10.31	1.45	10.52
1.35	Хлеб пшеничный	120.01	4.07	21.68	2.59	83.56	2.69	14.32	2.13
1.248	Хлеб ржано – пшеничный	8.59	0.42	1.28	0.10	7.73	0.38	1.15	0.09
1.1219	Компот из сухофруктов и сливы	87.70	3.08	15.40	1.20	53.24	1.87	9.35	0.73
<b>Полдник</b>									
1.124	Кефир	77.24	2.96	14.49	0.54	60.30	2.31	11.31	0.42
1.557	Пудинг творожный с рисом	58.44	0.31	14.29	0.04	48.10	0.26	11.84	0.04
		379.21	25.42	26.60	18.31	321.99	21.42	22.81	15.41
		116.01	6.13	8.76	5.47	113.10	5.98	8.54	5.34
		263.20	19.29	17.84	12.84	208.89	15.44	14.27	10.07
		1591.40	67.20	185.20	61.72	1297.01	55.62	144.81	52.43