

На 15 Июль 2024г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ 36 Искорка

Маселко О. В.

Сад

	выход	выход	ккал	ккал
Завтрак			360.98	310.51
Каша гречневая рассыпчатая	80	60	132.99	94.78
Яйцо отварное	55	55	76.84	76.84
Бутерброд с сыром	38	36	125.20	118.37
Чай с сахаром и лимоном	180	150	25.95	20.52
Завтрак 2			33.39	33.39
Сок фруктовый	72	72	33.39	33.39
Обед			528.58	405.40
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	150	133.02	106.81
Тефтели рыбные	50	45	82.38	71.47
Картофель отварной со сл. маслом	100	80	91.74	65.78
Помидоры свежие	50	46	8.70	8.11
Хлеб пшеничный	36	20	88.81	48.40
Хлеб ржано – пшеничный	34	30	68.90	60.30
Компот из сухофруктов и сливы	200	150	55.03	44.53
Полдник			416.40	362.65
Сырники	100	90	298.22	247.41
Ряженка порционная	220	215	118.18	115.24
			1339.35	1111.95

Медсестра _____ (_____)

Номер	Название	Сал			Ясли				
		Ккал	Белки	Углеводы	Жиры	Ккал	Белки	Углеводы	Жиры
Завтрак		360.98	14.40	39.70	16.26	310.51	12.55	30.99	14.99
1.357	Каша гречневая рассыпчатая	132.99	4.05	21.52	3.92	94.78	2.70	14.33	3.22
3.390	Дйло отварное	76.84	6.22	0.34	5.63	76.84	6.22	0.34	5.63
1.504	Бутерброд с сыром	125.20	3.97	10.69	6.68	118.37	3.52	10.69	6.12
1.277	Чай с сахаром и лимоном	25.95	0.16	7.15	0.03	20.52	0.11	5.63	0.02
Завтрак 2		137.97	0.68	7.72	0.10	113.03	0.60	7.61	0.09
2.70	Сок фруктовый	33.39	0.36	7.26	0.07	33.39	0.36	7.26	0.07
1.28	Пряник	104.58	0.32	0.46	0.03	79.64	0.24	0.35	0.02
Обед		528.58	22.39	76.64	13.23	405.40	18.11	56.90	10.61
1.378	Суп картофельный с макаронными изделиями	133.02	2.66	16.62	5.69	106.81	2.06	12.87	4.83
1.1019	Тефтели рыбные	82.38	11.42	2.01	3.17	71.47	10.08	1.29	2.87
1.306	Картофель отварной со сл. маслом	91.74	1.82	14.69	2.54	65.78	1.33	10.78	1.71
1.56	Помидоры свежие	8.70	0.43	1.30	0.10	8.11	0.40	1.21	0.09
1.35	Хлеб пшеничный	88.81	3.12	15.60	1.21	48.40	1.70	8.50	0.66
1.248	Хлеб ржано – пшеничный	68.90	2.64	12.92	0.48	60.30	2.31	11.31	0.42
1.1219	Компот из сухофруктов и сливы	55.03	0.30	13.50	0.04	44.53	0.23	10.94	0.03
Полдник		416.40	25.58	34.03	19.02	362.65	22.38	30.24	16.23
1.328	Сырники	298.22	19.23	24.84	13.55	247.41	16.19	21.28	10.89
1.101	Ряженка порционная	118.18	6.35	9.19	5.47	115.24	6.19	8.96	5.34
		1443.93	63.05	158.09	48.61	1191.59	53.64	125.74	41.92