

На 03 Май 2024г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ 36 Искорка

Маселко О. В.

Сад				
	ВЫХОД	ВЫХОД	ккал	ккал
Завтрак			405.35	338.70
Суп молочный с рисом	200	150	177.87	141.29
Бутерброд с маслом	30	30	97.90	97.90
Какао на молоке	200	150	129.58	99.51
Завтрак 2			155.43	126.11
Сок фруктовый	74	74	34.37	34.37
Печенье	29	22	121.06	91.74
Обед			528.39	432.53
Суп рыбный	200	150	132.33	115.46
Голубцы ленивые со сметаной	150	130	267.54	228.63
Хлеб пшеничный	34	20	82.93	48.40
Компот из смеси сухфруктов и компотной смеси	200	150	45.59	40.04
Полдник			245.14	221.75
Омлет	105	85	126.99	121.92
Кабачковая икра	30	25	29.55	24.50
Хлеб ржано – пшеничный	34	30	69.73	60.30
Чай с сахаром и лимоном	180	150	18.87	15.03
			1334.31	1119.09

Медсестра _____

Номер	Название	Сад			Ясли				
		Ккал	Белки	Углеводы	Ккал	Белки	Углеводы	Жиры	
Завтрак									
1.491	Суп молочный с рисом	405.35	13.36	48.57	17.82	338.70	10.68	41.01	14.82
3.441	Бутерброд с маслом	177.87	5.15	21.18	8.04	141.29	3.93	17.14	6.34
1.284	Какао на молоке	97.90	2.16	10.67	4.46	97.90	2.16	10.67	4.46
Завтрак 2									
2.70	Сок фруктовый	129.58	6.05	16.72	5.32	99.51	4.59	13.20	4.02
1.27	Печенье	155.43	2.55	29.07	2.91	126.11	2.02	23.84	2.23
		34.37	0.37	7.47	0.07	34.37	0.37	7.47	0.07
Обед									
1.736	Суп рыбный	121.06	2.18	21.60	2.84	91.74	1.65	16.37	2.16
10.351	Полубулца ленивые со сметаной	528.39	19.54	56.93	23.69	432.53	16.49	45.24	19.96
		132.33	3.82	16.67	4.98	115.46	3.22	13.94	4.69
1.35	Хлеб пшеничный	267.54	12.54	14.99	17.54	228.63	11.32	13.51	14.58
		82.93	2.91	14.56	1.13	48.40	1.70	8.50	0.66
1.1300	Компот из смеси сухофруктов и компотной смеси	45.59	0.27	10.71	0.04	40.04	0.25	9.29	0.03
Полдник									
1.299	Омлет	245.14	11.19	23.64	11.53	221.75	10.58	20.20	10.76
		126.99	7.91	3.17	9.11	121.92	7.77	2.94	8.74
1.22	Кабачковая икра	29.55	0.48	2.23	1.90	24.50	0.40	1.85	1.58
1.248	Хлеб ржаной – пшеничный	69.73	2.67	13.08	0.49	60.30	2.31	11.31	0.42
1.277	Чай с сахаром и лимоном	18.87	0.13	5.16	0.03	15.03	0.10	4.10	0.02
		1334.31	46.64	158.21	55.95	1119.09	39.77	130.29	47.77