

На 13 Май 2024г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ 36 Искорка

Маселко О. В.

Сад				
	ВЫХОД	ВЫХОД	ккал	ккал
Завтрак			335.06	288.13
Макароны отварные с маслом	80	60	135.80	92.44
Яйцо отварное	55	55	76.84	76.84
Бутерброд с маслом	30	30	97.90	97.90
Чай с сахаром	180	150	24.52	20.95
Завтрак 2			88.27	80.18
Сок фруктовый	73	73	33.98	33.98
Вафли	25	22	54.29	46.20
Обед			678.68	522.94
Суп картофельный с бобовыми	200	150	125.10	102.75
Плов с мясом	150	130	296.21	240.17
Кабачковая икра	29	25	29.25	24.50
Хлеб пшеничный	41	20	99.73	48.40
Хлеб ржано – пшеничный	38	30	76.46	60.30
Компот из смеси сухфруктов и компотной смеси	200	150	51.93	46.82
Полдник			497.81	445.30
Вареники ленивые со сметаной	120	100	406.59	356.25
Ряженка порционная	170	165	91.22	89.05
			1599.82	1336.55
Стоимость дня			156	133

Медсестра _____

Номер	Название	Сад			Ясли				
		Ккал	Белки	Углеводы	Жиры	Ккал	Белки	Углеводы	Жиры
Завтрак		335.06	12.43	37.73	13.78	288.13	11.08	30.05	12.79
2.386	Макаронны отварные с маслом	135.80	3.95	19.69	3.66	92.44	2.62	13.02	2.68
3.390	Дйцо отварное	76.84	6.22	0.34	5.63	76.84	6.22	0.34	5.63
3.441	Бутерброд с маслом	97.90	2.16	10.67	4.46	97.90	2.16	10.67	4.46
1.277	Чай с сахаром	24.52	0.10	7.03	0.03	20.95	0.08	6.02	0.02
Завтрак 2		88.27	1.79	16.41	1.75	80.18	1.58	15.07	1.50
2.70	Сок фруктовый	33.98	0.37	7.39	0.07	33.98	0.37	7.39	0.07
1.5	Вафли	54.29	1.42	9.02	1.68	46.20	1.21	7.68	1.43
Обед		678.68	23.03	92.55	22.88	522.94	18.16	67.39	19.23
1.597	Суп картофельный с бобовыми	125.10	3.62	15.68	5.21	102.75	2.76	11.95	4.77
1.456	Плов с мясом	296.21	12.23	30.18	13.86	240.17	10.74	22.49	11.77
1.22	Кабачковая икра	29.25	0.48	2.21	1.88	24.50	0.40	1.85	1.58
1.35	Хлеб пшеничный	99.73	3.50	17.51	1.36	48.40	1.70	8.50	0.66
1.248	Хлеб ржано – пшеничный	76.46	2.93	14.34	0.53	60.30	2.31	11.31	0.42
1.1300	Компот из смеси сухфруктов и компотной смеси	51.93	0.27	12.63	0.04	46.82	0.25	11.29	0.03
Полдник		497.81	26.12	54.41	18.57	445.30	23.61	48.03	16.66
1.316	Вареники ленивые со сметаной	406.59	21.22	47.31	14.35	356.25	18.83	41.10	12.54
1.101	Ряженка порционная	91.22	4.90	7.10	4.22	89.05	4.78	6.93	4.12
		1599.82	63.37	201.10	56.98	1336.55	54.43	160.54	50.18