

Утверждаю  
ИО заведующего д/с №86



## МЕНЮ

17.04.2024

Наименование блюда	Выход блюда ясли/сад, г	Химический состав			Эн/ц ясли/сад, ккал
		Белки ясли/сад, г	Жиры ясли/сад, г	Углеводы ясли/сад,	
<b>Завтрак</b>					
КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40 / 50	1,2/1,5	0,1/0,1	2,5/3,2	15,5/19,4
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120 / 150	19,6/24,5	11,5/14,3	22,6/28,3	277,3/346,5
СОУС МОЛОЧНЫЙ	30 / 30	0,6	1,6	4,0	32,7
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150 / 200	3,0/3,9	3,1/4,1	10,7/14,2	83,3/111,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30 / 40	2,7/3,6	6,2/9,1	10,3/12,9	107,5/148,1
		<b>27,1/34,1</b>	<b>22,5/29,2</b>	<b>50,1/62,6</b>	<b>516,3/657,7</b>
<b>II Завтрак</b>					
КЕФИР	150 / 180	4,4/5,2	3,8/4,5	6,0/7,2	79,5/95,4
ПРЯНИК	30 / 30	1,4/1,4	2,0/2,0	14,9/14,9	83,5/83,5
БАНАН	100/100	1,5	0,5	21,0	96,0
		<b>7,3/8,1</b>	<b>6,3/7,0</b>	<b>41,9/43,1</b>	<b>259,0/274,9</b>
<b>Обед</b>					
СУП РЫБНЫЙ	150 / 200	5,6/7,9	2,1/2,9	9,7/15,6	80,5/120,8
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120 / 140	3,0/3,5	2,9/4,2	9,0/10,6	85,0/88,3
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	50 / 70	7,7/9,7	8,9/11,2	5,6/6,9	133,4/166,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150 / 180			5,0/6,1	20,1/24,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20 / 30	1,3/2,0	0,2/0,3	8,5/12,7	40,8/61,2
		<b>17,6/23,1</b>	<b>14,1/18,6</b>	<b>37,8/51,9</b>	<b>359,8/461,6</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	120 / 140	3,7/5,0	4,0/4,4	23,3/32,0	144,1/187,2
СЕРДЦЕ, ТУШЕНОЕ В СОУСЕ	50 / 70	7,1/9,9	4,4/6,2	2,8/4,0	82,5/115,5
КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОДЫ КОНСЕРВИРОВАННОЙ	150 / 200	0,1/0,1		15,2/22,0	61,2/88,3
БАТОН	20 / 30	1,5/2,3	0,6/0,9	10,3/15,4	52,4/78,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20 / 20	1,3	0,2	8,5	40,8
		<b>13,7/18,6</b>	<b>9,2/11,7</b>	<b>60,1/81,9</b>	<b>381,0/510,4</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>65,7/83,9</b>	<b>52,1/66,5</b>	<b>189,9/239,5</b>	<b>1516,1/1904,6</b>