

Утверждаю
Заведующий МБДОУ №86 «Айболит»



МЕНЮ

26.04.2024

| Наименование блюда | Выход блюда ясли/сад, г | Химический состав | | | Эн/ц ясли/сад, ккал |
|-------------------------------------|-------------------------------|----------------------|-------------------|-------------------------|------------------------|
| | | Белки ясли/сад, г | Жиры ясли/сад, | Углеводы ясли/сад, г | |
| Завтрак | | | | | |
| ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ | 150 / 200 | 4,8/6,4 | 7,3/9,7 | 19,8/26,4 | 164,7/219,6 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 150 / 200 | 3,0/3,1 | 3,0/3,1 | 11,5/13,9 | 85,7/96,6 |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30 / 40 | 1,9/2,5 | 4,9/6,7 | 12,9/17,0 | 102,9/138,8 |
| | | 9,7/12,0 | 15,2/19,5 | 44,2/57,3 | 353,3/455,0 |
| II Завтрак | | | | | |
| КЕФИР | 150 / 180 | 4,5/5,4 | 0,2/0,2 | 6,0/7,2 | 46,3/55,8 |
| БАТОН | 20 / 25 | 1,5/1,9 | 0,6/0,7 | 10,3/12,9 | 52,4/65,5 |
| | | 6,0/7,3 | 0,8/0,9 | 16,3/20,1 | 98,7/121,3 |
| Обед | | | | | |
| СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ | 150 / 200 | 8,4/12,0 | 8,4/8,8 | 17,3/25,3 | 178,2/228,7 |
| ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ | 120 / 140 | 4,5/5,4 | 3,7/4,2 | 20,5/24,4 | 133,8/156,5 |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 50 / 70 | 9,8/13,7 | 12,2/17,0 | 8,4/11,7 | 182,3/254,5 |
| СОУС ТОМАТНЫЙ | 30 / 30 | 0,3/0,3 | 1,2/1,2 | 1,5/2,1 | 18,2/20,5 |
| 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 |
| | | 24,3/33,4 | 25,7/31,5 | 61,2/82,3 | 573,4/745,8 |
| Уплотненный полдник | | | | | |
| ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ / С СЕЛЬДЬЮ | 120 / 180 | 1,9/9,0 | 6,3/10,7 | 12,3/14,4 | 113,9/190,7 |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ | 40 / 40 | 5,0/5,0 | 4,5/4,5 | 0,3/0,3 | 61,4/61,4 |
| КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОДЫ КОНСЕРВИРОВАННОЙ | 150 / 200 | 0,1/0,1 | | 16,5/22,0 | 66,3/88,3 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 / 20 | 1,3/1,3 | 0,2/0,2 | 8,5/8,5 | 40,8/40,8 |
| БУЛОЧКА | 60 / 70 | 7,4/8,4 | 4,4/5,0 | 46,8/54,5 | 255,7/296,4 |
| | | 15,7/23,8 | 15,4/20,4 | 84,4/99,7 | 538,1/677,6 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | 55,7/76,5 | 57,1/72,3 | 206,1/259,4 | 1563,5/1999,7 |