

Утверждаю  
ИО заведующего д/с №86



# МЕНЮ

16.04.2024

Наименование блюда	Выход блюда, г ясли/сад	Химический состав			Эн/ц, ккал ясли/сад
		Белки, г ясли/сад	Жиры, г ясли/сад	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120 / 150	10,1/12,7	12,6/15,4	2,3/2,9	163,4/201,6
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	40 / 50	1,2/1,5	0,1/0,1	2,5/3,2	15,5/19,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150 / 200	2,3/3,1	2,3/3,1	10,4/13,9	72,6/96,6
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5 / 7	1,1/1,6	1,4/2,0		17,7/24,7
БАТОН	25 / 30	1,9/2,3	0,7/0,9	12,9/15,4	65,5/78,6
		<b>16,6/21,2</b>	<b>17,1/21,5</b>	<b>28,1/35,4</b>	<b>334,7/420,9</b>
<b>II Завтрак</b>					
БИОТВОРОГ	100 / 100	2,9/2,9	1,0/1,0	3,9/3,9	38,8/38,8
БАТОН	20 / 25	1,5/1,9	0,6/0,7	10,3/12,9	52,4/65,5
ЯБЛОКО ½ ШТ	100/100	0,4/0,4	0,4/0,4	9,8/9,8	47,0/47,0
		<b>4,8/5,2</b>	<b>2,0/2,1</b>	<b>24,0/26,6</b>	<b>138,2/151,3</b>
<b>Обед</b>					
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150 / 200	4,8/6,1	5,8/7,5	5,3/7,0	95,6/123,3
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	120 / 140	2,5/2,9	5,1/5,9	18,9/22,1	132,1/154,1
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	50 / 70	9,5/13,7	2,7/5,4	8,0/13,6	94,1/157,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150 / 180			5,0/6,1	20,1/24,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30 / 30	2,0/2,0	0,3/0,3	12,7/12,7	61,2/61,2
		<b>18,8/24,7</b>	<b>13,9/19,1</b>	<b>49,9/61,5</b>	<b>403,1/520,3</b>
<b>Уплотненный полдник</b>					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150 / 200	5,2/6,9	7,6/10,1	21,8/29,1	177,0/236,0
ЧАЙ С САХАРОМ	150 / 200	0,1/0,2		7,0/8,1	28,5/32,9
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60 / 70	7,4/8,4	5,7/5,0	46,8/54,5	267,0/296,4
		<b>12,7/15,5</b>	<b>13,3/15,1</b>	<b>75,6/91,7</b>	<b>472,5/565,3</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>52,9 /66,6</b>	<b>46,3/57,8</b>	<b>177,6/215,2</b>	<b>1348,5/1657,8</b>