

Утверждаю

Заведующий д/с №86



МЕНЮ

23.04.2024

Наименование блюда	Выход порции, г ясли/ сад	Химический состав			Эн/ц, ккал ясли/сад
		Белки, г ясли / сад	Жиры, г ясли/сад	Углеводы, г ясли/сад	
Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150 / 200	5,2/6,9	7,6/10,1	21,8/29,1	177,0/236,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150 / 200	3,0/3,1	3,0/3,1	11,5/13,9	85,7/196,6
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30 / 40	0,6/0,9	4,9/6,7	16,9/22,0	79,0/105,2
		8,8/10,9	15,5/19,9	50,2/65,0	341,7/437,8
II Завтрак					
БИОТВОРОГ	150 / 180	4,4/5,2	3,8/4,5	6,0/7,2	79,5/95,4
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
		6,3/7,5	4,8/5,6	26,1/29,9	178,9/207,9
Обед					
ЩИ С МЯСОМ	150 / 200	5,2/6,7	5,6/7,3	7,2/9,6	103,7/134,5
ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ	40 / 50	0,3/0,4		0,5/0,7	4,2/5,3
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120 / 140	2,7/3,4	5,2/5,3	17,4/22,5	126,9/152,1
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	50 / 70	9,4/13,2	2,7/3,7	7,8/10,8	92,8/130,1
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
		19,6/25,7	13,8/16,6	50,6/62,4	408,9/507,6
Уплотненный полдник					
СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ	120/150	19,5/28,7	13,2/18,6	24,3/31,2	297,6/413,0
СОУС МОЛОЧНЫЙ	30/30	0,6/0,6	1,9/1,9	1,9/1,9	27,6/27,6
МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ	150 / 200	4,2/5,6	4,7/6,2	6,8/9,1	87,3/116,4
БАТОН	20 / 30	1,5/2,3	0,6/0,9	10,3/15,4	52,4/78,6
		25,8/37,2	20,4/27,6	43,3/57,6	464,9/635,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		60,5/81,3	54,5/69,7	170,2/214,9	1394,4/1788,9