

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад №32 " (корпус 1)
_____/Кузнецова Н.Б./

МЕНЮ
21 октября 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	3,6	5	20,4	141
ЯЙЦО ОВАРНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/4	3,5	1,4	14,7	86
ЧАЙ С САХАРОМ	150			6,8	27
Итого		12	10,9	42,2	315
II Завтрак					
СОК	150			17,2	69
Итого					
Обед					
СУП-ЛАПША НА КУР/Б СО СМЕТАНОЙ	180	6,1	8,5	14,7	165
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	150	10,2	14,3	6,3	195
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,4	16,5	79
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6,8	27
Итого		18,8	23,2	44,3	466
Полдник					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,9	14,6	81
Итого		5,8	5,6	21,6	160
Ужин					
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	60	8,4	4	5,1	97
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	90	6	3,6	12,5	107
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,6	0,2	9,5	46
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,5	2,2	11	74
Итого		18,5	10	38,1	324
Всего		55,1	49,7	162,4	1334

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад №32 " (корпус 1)
_____/Кузнецова Н.Б./

МЕНЮ
21 октября 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,9	5,3	27,7	178
ЯЙЦО ОВАРНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/6	4,8	2	19,6	117
ЧАЙ С САХАРОМ	180			7,8	31
Итого		14,6	11,8	55,4	387
II Завтрак					
СОК	200			23	92
Итого					
Обед					
СУП-ЛАПША НА КУР/Б СО СМЕТАНОЙ	200	7,1	10,5	17,4	197
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	200	12	16,6	8,1	231
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,4	20,6	99
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31
Итого		22,3	27,5	53,9	558
Полдник					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,9	14,6	81
Итого		7,1	6,8	23,9	186
Ужин					
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	70	9,9	4,1	5,2	107
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	130	8,6	3,8	18,1	142
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,3	14,3	69
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,5	2,2	12	78
Итого		23,3	10,4	49,6	396
Всего		67,3	56,5	205,8	1619