

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
22 июля 2024 г.

**Ясли 12 часов**

| Наименование блюда             | Выход | Химический состав |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------------------------|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
|                                |       | Белки, г          | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |
| <b>Завтрак</b>                 |       |                   |             |              |                               |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ     | 150   | 4,9               | 4,6         | 30,7         | 184                           |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ             | 30/5  | 2,4               | 4,4         | 14,7         | 109                           |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ)                 | 4/3   | 1,1               | 1,1         |              | 15                            |
| ЧАЙ С САХАРОМ                  | 150   |                   |             | 8,7          | 35                            |
| <b>Итого</b>                   |       | <b>8,4</b>        | <b>10,1</b> | <b>54,1</b>  | <b>343</b>                    |
| <b>II Завтрак</b>              |       |                   |             |              |                               |
| СОК                            | 150   |                   |             |              |                               |
| <b>Итого</b>                   |       |                   |             |              |                               |
| <b>Обед</b>                    |       |                   |             |              |                               |
| САЛАТ "ВИТАМИННЫЙ"             | 40    | 0,7               | 2           | 2,1          | 30                            |
| СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУР/ БУЛЬОНЕ | 180   | 7,1               | 7,8         | 16,7         | 165                           |
| ПЛОВ С КУРИЦЕЙ                 | 150   | 11,1              | 13,6        | 30           | 286                           |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                    | 40    | 2,5               | 0,4         | 16,5         | 79                            |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ    | 150   |                   |             | 7,8          | 31                            |
| <b>Итого</b>                   |       | <b>21,4</b>       | <b>23,8</b> | <b>73,1</b>  | <b>591</b>                    |
| <b>Полдник</b>                 |       |                   |             |              |                               |
| КИСЕЛЬ                         | 150   |                   |             | 19           | 69                            |
| ВАФЛИ                          | 30    | 0,8               | 1           | 23,2         | 106                           |
| <b>Итого</b>                   |       | <b>0,8</b>        | <b>1</b>    | <b>23,2</b>  | <b>175</b>                    |
| <b>Ужин</b>                    |       |                   |             |              |                               |
| КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ                 | 60    | 8,5               | 3           | 5,2          | 82                            |
| ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ                 | 90    | 6                 | 3,6         | 12,5         | 107                           |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                 | 20    | 1,6               | 0,2         | 9,5          | 46                            |
| КАКАО НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ      | 150   | 1,1               | 1,3         | 15,9         | 79                            |
| <b>Итого</b>                   |       | <b>17,2</b>       | <b>8,1</b>  | <b>43,1</b>  | <b>314</b>                    |
| <b>Всего</b>                   |       | <b>47,8</b>       | <b>43</b>   | <b>193,5</b> | <b>1423</b>                   |

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
22 июля 2024 г.

**Сад 12 часов**

| Наименование блюда             | Выход | Химический состав |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------------------------|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
|                                |       | Белки, г          | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |
| <b>Завтрак</b>                 |       |                   |             |              |                               |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ     | 200   | 6,4               | 4,8         | 41           | 233                           |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ             | 40/8  | 3,2               | 7           | 19,7         | 155                           |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ)                 | 6/4   | 1,6               | 1,7         |              | 22                            |
| ЧАЙ С САХАРОМ                  | 180   |                   |             | 9,7          | 39                            |
| <b>Итого</b>                   |       | <b>11,2</b>       | <b>13,5</b> | <b>70,4</b>  | <b>449</b>                    |
| <b>II Завтрак</b>              |       |                   |             |              |                               |
| СОК                            | 200   |                   |             |              |                               |
| <b>Итого</b>                   |       |                   |             |              |                               |
| <b>Обед</b>                    |       |                   |             |              |                               |
| САЛАТ "ВИТАМИННЫЙ"             | 60    | 1,1               | 2           | 3            | 35                            |
| СУП С КЛЕЦКАМИ НА КУР/ БУЛЬОНЕ | 200   | 8,2               | 9,6         | 21,3         | 203                           |
| ПЛОВ С КУРИЦЕЙ                 | 200   | 13,1              | 16          | 37,6         | 347                           |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ                    | 50    | 3,2               | 0,4         | 20,6         | 99                            |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ    | 180   |                   |             | 9,7          | 39                            |
| <b>Итого</b>                   |       | <b>25,6</b>       | <b>28</b>   | <b>92,2</b>  | <b>723</b>                    |
| <b>Полдник</b>                 |       |                   |             |              |                               |
| КИСЕЛЬ                         | 200   |                   |             | 26           | 96                            |
| ВАФЛИ                          | 30    | 0,8               | 1           | 23,2         | 106                           |
| <b>Итого</b>                   |       | <b>0,8</b>        | <b>1</b>    | <b>23,2</b>  | <b>202</b>                    |
| <b>Ужин</b>                    |       |                   |             |              |                               |
| КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ                 | 70    | 9,9               | 3,1         | 5,4          | 89                            |
| ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ                 | 130   | 8,9               | 3,8         | 18,5         | 144                           |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                 | 30    | 2,3               | 0,3         | 14,3         | 69                            |
| КАКАО НА СГУЩЕННОМ МОЛОКЕ      | 180   | 1,4               | 1,6         | 20,5         | 102                           |
| <b>Итого</b>                   |       | <b>22,5</b>       | <b>8,8</b>  | <b>58,7</b>  | <b>404</b>                    |
| <b>Всего</b>                   |       | <b>60,1</b>       | <b>51,3</b> | <b>244,5</b> | <b>1778</b>                   |