

Утверждаю

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

МЕНЮ
24 октября 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,6	7,4	22	178
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,4	4,4	14,7	109
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	4/3	1,1	1,1		15
КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,5	2,2	10	70
Итого		11,6	15,1	46,7	372
II Завтрак					
СОК	150			17,2	69
Итого					
Обед					
ЩИ НА КУР/БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	4,2	7,1	7,3	113
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ	60	11,7	12,2	5,5	178
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	90	3,2	3,6	20,6	127
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,4	16,5	79
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23
Итого		21,6	23,3	55,7	520
Полдник					
ЙОГУРТ	150	2,9	2,2	4,4	70
БАТОН ПРОСТОЙ	30	2,3	0,3	14,3	69
Итого		5,2	2,5	18,7	139
Ужин					
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СЛАДКИМ СОУСОМ	130/20	16,4	14,8	14,4	257
ЧАЙ С САХАРОМ	150			5,8	23
Итого		16,4	14,8	20,2	280
Всего		54,8	55,7	158,5	1380

Утверждаю

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

МЕНЮ
24 октября 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,7	7,9	28,1	211
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	3,2	7	19,7	155
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	6/4	1,6	1,7		22
КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,5	2,2	11	74
Итого		14	18,8	58,8	462
II Завтрак					
СОК	200			23	92
Итого					
Обед					
ЩИ НА КУР/БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	5,2	8,9	9	142
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ	70	13,4	14,5	6,5	209
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,7	3,8	30,1	173
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,4	20,6	99
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27
Итого		26,5	27,6	73	650
Полдник					
ЙОГУРТ	200	3,9	2,9	5,8	93
БАТОН ПРОСТОЙ	40	3,1	0,4	19	92
Итого		7	3,3	24,8	185
Ужин					
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СЛАДКИМ СОУСОМ	160/30	21,3	17	19,5	318
ЧАЙ С САХАРОМ	180			6,8	27
Итого		21,3	17	26,3	345
Всего		68,8	66,7	205,9	1734