

Утверждаю

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

МЕНЮ

31 июля 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ	150	5,4	6,3	23,2	171
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,4	4,4	14,7	109
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	4/3	1,1	1,1		15
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1,6	1,5	8,6	55
Итого		10,5	13,3	46,5	350
II Завтрак					
ЯБЛОКО	150	0,5	0,5	12,9	62
Итого		0,5	0,5	12,9	62
Обед					
САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ И ПОМИДОРОВ	40	0,3	1	1,3	17
СВЕКОЛЬНИК НА КУР/БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	4,3	7,1	9,7	123
БИТОЧКИ КУРИНЫЕ	60	10,3	12	2,7	159
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	90	3,2	2,8	20,6	120
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,4	16,5	79
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23
Итого		20,6	23,3	56,6	521
Полдник					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79
ПЛЮШКА	60	5,3	6,2	28,1	188
Итого		9,6	9,9	35,1	267
Ужин					
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	60	1,2	1,1	3,2	28
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	90	2,2	3,5	11,9	87
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,3	11,9	58
ЧАЙ С САХАРОМ	150			5,8	23
Итого		5,3	4,9	32,8	196
Всего		46,5	51,9	183,9	1396

Утверждаю

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

МЕНЮ

31 июля 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ	200	6,4	6,7	29,4	203
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/8	3,2	7	19,7	155
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	6/4	1,6	1,7		22
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,6	1,5	9,6	59
Итого		12,8	16,9	58,7	439
II Завтрак					
ЯБЛОКО	150	0,5	0,5	12,9	62
Итого		0,5	0,5	12,9	62
Обед					
САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ И ПОМИДОРОВ	60	0,5	1,1	2,1	21
СВЕКОЛЬНИК НА КУР/БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	5,2	8,9	11,6	151
БИТОЧКИ КУРИНЫЕ	70	11,7	14,3	2,8	186
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	3	30,7	169
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,4	20,6	99
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27
Итого		25,5	27,7	74,6	653
Полдник					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105
ПЛЮШКА	70	6,4	6,3	35,9	225
Итого		12	11,2	45,2	330
Ужин					
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	80	1,5	1,1	4,3	33
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	120	2,7	3,6	16,5	109
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,7	0,4	16,7	81
ЧАЙ С САХАРОМ	180			6,8	27
Итого		6,9	5,1	44,3	250
Всего		57,7	61,4	235,7	1734