

Утверждаю

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

МЕНЮ
31 октября 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 | 7,1 | 22,2 | 175 |
| 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 | 2,5 | 2,2 | 10 | 70 |
| Итого | | 11,4 | 14,8 | 46,9 | 369 |
| II Завтрак | | | | | |
| СОК | 150 | | | 17,2 | 69 |
| Итого | | | | | |
| Обед | | | | | |
| БОРЩ НА КУР/БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 180 | 4,3 | 7,1 | 9,7 | 135 |
| ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ | 60 | 11,6 | 12,7 | 3,9 | 176 |
| 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 | 23,8 | 56,5 | 540 |
| 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 | | | | | |
| ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ СО СЛАДКИМ СОУСОМ | 130/20 | 16,3 | 14,9 | 14,4 | 257 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | | | 5,8 | 23 |
| Итого | | 16,3 | 14,9 | 20,2 | 280 |
| Всего | | 54,5 | 56 | 159,5 | 1397 |

Утверждаю

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

МЕНЮ
31 октября 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 | 7,5 | 28,4 | 206 |
| 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 | 2,5 | 2,2 | 11 | 74 |
| Итого | | 13,7 | 18,4 | 59,1 | 457 |
| II Завтрак | | | | | |
| СОК | 200 | | | 23 | 92 |
| Итого | | | | | |
| Обед | | | | | |
| БОРЩ НА КУР/БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 200 | 5,4 | 8,8 | 12,3 | 167 |
| ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ | 70 | 13,3 | 15,1 | 4,6 | 206 |
| 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 | | 26,6 | 28,1 | 74,4 | 672 |
| 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 | | | | | |
| ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ СО СЛАДКИМ СОУСОМ | 160/30 | 21,2 | 17 | 18,9 | 315 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | | | 6,8 | 27 |
| Итого | | 21,2 | 17 | 25,7 | 342 |
| Всего | | 68,5 | 66,8 | 207 | 1748 |