

Согласовано:
Заведующий МДОУ



Меню (ясли) на 04.09.24

3 день

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углевод	
Завтрак 1					
Батон нарезной	25	1,86	0,73	12,85	65,50
Масло (порциями)	5	0,04	3,9	0,05	35,44
Каша овсяная молочная	140	6,18	4,20	27,37	172,09
Кофейный напиток с молоком	180	2,74	2,83	13,17	89,15
Итого за Завтрак 1	350	10,82	11,66	53,44	362,18
Завтрак 2					
Соки, овощные, фруктовые, ягодные	150	0,88	0,13	16,50	75,00
Итого за Завтрак 2	150	0,88	0,13	16,50	75,00
Обед					
Салат из белокачанной капусты с морковью	30	0,48	3,03	1,24	12,78
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	175	5,06	1,78	11,41	81,86
Оладьи из печени по-кунцевски	50	8,65	5,85	5,90	111,00
Соус сметанный	30	0,42	1,50	1,76	22,23
Каша гречневая рассыпчатая	110	6,49	4,55	29,34	184,35
Компот из сушеных фруктов	150	0,32	0,02	20,56	83,65
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24
Итого за Обед	575	23,40	17,09	80,23	547,11
Полдник					
Какао с молоком	150	2,94	3,07	12,31	88,59
Оладьи с маслом 50/5 гр.	50	4,09	6,56	20,70	158,44
Итого за Полдник	200	7,03	9,63	33,01	247,03
Ужин					
Макароны, запеченные с сыром	170	7,93	8,77	32,54	225,56
Чай с лимоном	200	0,27	0,06	10,27	42,64
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,87	15,42	78,50
Итого за Ужин	400	10,45	9,70	58,23	346,70
Итого за день	1 675	52,58	48,21	241,41	1 578,02