

Согласовано:  
Заведующий МДОУ



**Меню (ясли) на 23.09.2024**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак 1</b>					
Батон нарезной	25	1,86	0,73	12,85	65,50
Масло (порциями)	5	0,04	3,9	0,05	35,44
Каша пшеничная молочная	140	6,22	3,39	31,38	181,00
Кофейный напиток с молоком	180	2,74	2,83	13,17	89,15
<b>Итого за Завтрак 1</b>	<b>350</b>	<b>10,86</b>	<b>10,85</b>	<b>57,45</b>	<b>371,09</b>
<b>Завтрак 2</b>					
Соки, овощные, фруктовые, ягодные	150	0,88	0,13	16,50	75,00
<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>150</b>	<b>0,88</b>	<b>0,13</b>	<b>16,50</b>	<b>75,00</b>
<b>Обед</b>					
Салат из белокачанной капусты с яблоками	30	3,30	3,00	1,89	36,00
Суп картофельный с крупой	150	1,28	1,4	10,48	59,62
Гуляш из отварного мяса	60	8,27	8,84	2,15	121,20
Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,78	3,86	30,47	175,72
Компот из сушеных фруктов	150	0,32	0,02	20,56	83,65
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24
<b>Итого за Обед</b>	<b>530</b>	<b>19,93</b>	<b>17,48</b>	<b>75,57</b>	<b>527,43</b>
<b>Полдник</b>					
Кефир	175	5,10	5,62	7,03	99,08
Печенье	25	1,88	2,95	18,73	108,95
<b>Итого за Полдник</b>	<b>200</b>	<b>6,98</b>	<b>8,57</b>	<b>25,76</b>	<b>208,03</b>
<b>Ужин</b>					
Пудинг из творога со сгущенным молоком	170	14,28	13,25	21,34	255,94
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,87	15,42	78,51
<b>Итого за Ужин</b>	<b>400</b>	<b>16,73</b>	<b>14,17</b>	<b>46,81</b>	<b>375,91</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1 630</b>	<b>55,38</b>	<b>51,20</b>	<b>222,09</b>	<b>1 557,46</b>