

УДОМ

УДОМ

УДОМ

МЕНЮ НА 11 АПРЕЛЯ 2022г.

ЯСЛИ (10,5ч)

Утверждаю:

Заведующая МДОБУ

«Кемлянский детский сад комбинированного вида»

Л.Н.Мамкаева

Наименование блюд	Количество в (г)		Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)
	Брутто	Нетто					
Завтрак							
Каша молочная геркулесовая			150	7,61	9,1	27,01	207,76
Чай с молоком			150	4,9	4,5	17,6	128,18
Хлеб пшеничный с маслом			• 20/5	1,43	4,28	9,84	82,5
ИТОГО:				13,94	17,88	54,45	418,44
Второй завтрак							
Сок натуральный фруктовый промышленного производства			100	0,5	0,00	11,7	47,0
Обед							
Салат из зеленого горошка			40	2,2	3,05	6,02	60,47
Суп крестьянский со сметаной			200	8,276	4,13	27,53	176,46
Тушеная капуста с мясом курицы			150	21,8	24,19	18,42	327,82
Компот из сухофруктов			150	0,4	0,00	12,57	73,18
Хлеб пшеничный			30	2,1	0,27	14,7	67,8
Хлеб ржаной			40	2,4	0,4	16,00	78,4
Всего в обед				37,17	32,04	95,24	784,13
Полдник							
Икра кабачковая			40	0,5	3,5	3,5	48,5
Омлет			120	7,47	11,39	10,15	155,4
Хлеб пшеничный			20	1,4	0,18	9,8	45,2
Кофейный напиток			150	4,44	4,25	17,08	122,88
Фрукты свежие по сезону			130	0,6	0,0	14,7	67,5
Всего в полдник				14,41	19,32	55,23	439,48
Всего за день				66,02	69,24	216,62	1689,05