

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад №32" (корпус 1)
Жунецова Н.Б.



МЕНЮ
19 марта 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,8	8,1	20,5	179
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		10,9	15,1	43,8	358
II Завтрак					
СОК	150				
Итого					
Обед					
ЩИ НА КУРБУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	4,6	7,1	9,2	153
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ	60	11,7	12,2	5,6	218
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	90	2,3	4,3	12,7	98
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,4	16,5	79
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			5,8	23
Итого		21,1	24	49,8	561
Полдник					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,3	3,7	7	79
БУТЕРБРОД СО СГУЩЕНКОЙ	30/10	2,9	1,1	15,3	83
Итого		7,2	4,8	22,3	162
Ужин					
ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА СО СЛАДКИМ СОУСОМ	130/20	16,3	14,8	14,5	257
ЧАЙ С САХАРОМ	150			5,8	23
Итого		16,3	14,8	20,3	280
Всего		55,5	58,7	136,2	1361

Утверждаю

Заведующая
МДОУ "Детский сад №32" (корпус 1)
Жунецова Н.Б.



МЕНЮ
19 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,9	8,8	26,1	212
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		13,3	19	55,4	448
II Завтрак					
СОК	200				
Итого					
Обед					
ЩИ НА КУРБУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	5,5	9	10,7	181
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ	70	13,5	14,5	7,4	243
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	3	4,4	18,5	125
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,2	0,4	20,6	99
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27
Итого		25,2	28,3	64	675
Полдник					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105
БУТЕРБРОД СО СГУЩЕНКОЙ	40/13	3,9	1,4	20,3	110
Итого		9,5	6,3	29,6	215
Ужин					
ТВОРОЖНАЯ ЗАПЕКАНКА СО СЛАДКИМ СОУСОМ	160/30	21,2	17	19,6	317
ЧАЙ С САХАРОМ	180			6,8	27
Итого		21,2	17	26,4	344
Всего		69,2	70,6	175,4	1682