

Утверждаю

Заведующая

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

МЕНЮ
18 марта 2024 г.

Ясли 12 часов



| Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|-------------------------------|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ | 150 | 3,6 | 5 | 20,4 | 161 |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30/5 | 2,4 | 4,4 | 14,7 | 109 |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 4/3 | 1,1 | 1,1 | | 15 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | | | 6,8 | 27 |
| Итого | | 7,1 | 10,5 | 41,9 | 312 |
| II Завтрак | | | | | |
| СОК | 150 | | | | |
| Итого | | | | | |
| Обед | | | | | |
| СУП-ЛАПША НА КУРЬ СО СМЕТАНОЙ | 180 | 6,2 | 8,5 | 13,9 | 161 |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ | 150 | 10,3 | 14,3 | 6,9 | 228 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,5 | 0,4 | 16,5 | 79 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | | | 6,8 | 27 |
| Итого | | 19 | 23,2 | 44,1 | 495 |
| Полдник | | | | | |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,3 | 3,7 | 7 | 79 |
| ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 1,5 | 1,9 | 14,6 | 81 |
| Итого | | 5,8 | 5,6 | 21,6 | 160 |
| Ужин | | | | | |
| КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ | 60 | 8,4 | 3,8 | 5,2 | 98 |
| ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ | 90 | 8 | 3,6 | 12,5 | 127 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,6 | 0,2 | 9,5 | 46 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | 150 | 2,5 | 2,2 | 11 | 74 |
| Итого | | 18,5 | 9,8 | 38,2 | 345 |
| Всего | | 50,4 | 49,1 | 145,8 | 1312 |

Утверждаю

Заведующая

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

МЕНЮ
18 марта 2024 г.

Сад 12 часов



| Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|-------------------------------|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ | 200 | 4,9 | 5,3 | 27,7 | 198 |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 40/8 | 3,2 | 7 | 19,7 | 155 |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 6/4 | 1,6 | 1,7 | | 22 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | | | 7,8 | 31 |
| Итого | | 9,7 | 14 | 55,2 | 406 |
| II Завтрак | | | | | |
| СОК | 200 | | | | |
| Итого | | | | | |
| Обед | | | | | |
| СУП-ЛАПША НА КУРЬ СО СМЕТАНОЙ | 200 | 7,1 | 10,5 | 16,4 | 192 |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ | 200 | 12,3 | 16,7 | 9,1 | 267 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 3,2 | 0,4 | 20,6 | 99 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | | | 7,8 | 31 |
| Итого | | 22,6 | 27,6 | 53,9 | 589 |
| Полдник | | | | | |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 105 |
| ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 1,5 | 1,9 | 14,6 | 81 |
| Итого | | 7,1 | 6,8 | 23,9 | 186 |
| Ужин | | | | | |
| КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ | 70 | 9,9 | 3,9 | 5,4 | 106 |
| ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ | 130 | 8,9 | 3,8 | 18,5 | 164 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,3 | 0,3 | 14,3 | 69 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 2,5 | 2,2 | 12 | 78 |
| Итого | | 23,6 | 10,2 | 50,2 | 417 |
| Всего | | 63 | 58,6 | 183,2 | 1618 |