

логурь

Утверждаю:
Директор МАДОУ ЦРР – д/с
А.Л. Рущкая



МЕНЮ

На 09.06. 2023г.

Возрастная категория: 3 – 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ККАЛ)	
			Б	Ж	У	ккал	№Рец
Завтрак 1	Каша рисовая молочная	200	5,55	7,47	26,08	192	173
	Какао с молоком	200	1,08	1,17	11,7	80,7	248
	Бутерброд с сыром	20/10					
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	77,6	133
	Сыр	10	3,3	3,5	0	36	134
Итого за 1 Завтрак		430	11,7	12,74	47,74	386,3	
Завтрак 2	Банан	200	1,5	0,1	19,2	95	135
Итого за 2 Завтрак		200	1,5	0,1	19,2	95	
ИТОГО ЗАВТРАК		630	12,97	12,84	66,94	481,3	
ОБЕД	Салат из свежих огурцов и помидор	60	0,29	3,02	0,91	31,89	85
	Борщ с мясом со сметаной	200	2,66	3,24	15,36	106,16	20
	Картофельное пюре	150	5,3	6,68	19,57	185,6	206
	Тефтели рыбные	70	7,11	6,25	6,26	124,7	29
	Лимонный напиток	200	0,16	0,02	20,66	91,4	11
	Хлеб пшеничный	20	1,16	0,45	7,47	37	133
	Хлеб дарницкий	30	1,98	0,36	10,26	54,3	133
Хлеб прибрежный	20	1,16	0,45	7,47	39,3	133	
ИТОГО ОБЕД		750	19,82	20,47	87,96	670,35	
Уплотненный полдник	Пирожок с мясом	75	12,3	18,9	20,9	210,56	66
	Суп с вермишелью	200	1,82	1,6	12,9	103,42	42
	Чай с сахаром	200	0	0	13,3	58,2	263
	Зефир	50	0,4	0	26,17	162	133
	Хлеб дарницкий	20	1,32	0,24	6,84	50,4	133
Итого за уплотненный полдник		545	15,84	20,74	80,11	585,08	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1925	49	54,05	235,01	1736,73	

Шеф-повар _____ / И.Р.Иванюк

Мед сестра _____ / Л.Г. Зиновьева