

До 12.00

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



# МЕНЮ

На 13.06. 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 молочная геркулесовая	200	5,2	7	18	174,2	96
	Напиток злаковый из ячменя	200	1,3	1,3	14	92	253
	Слойка	30	2,3	0,9	14,94	84,6	133
	Масло сливочное	5	0,04	3,9	0,05	35,4	134
	<b>Итого за 1 Завтрак</b>		<b>435</b>	<b>8,84</b>	<b>13,1</b>	<b>46,99</b>	<b>386,2</b>
Завтрак 2	Сок сливовый	200	0	21,89	95	137	
<b>Итого за 2 Завтрак</b>		<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>21,89</b>	<b>95</b>	
<b>ИТОГО ЗАВТРАК</b>		<b>635</b>	<b>9,24</b>	<b>13,1</b>	<b>68,88</b>	<b>481,2</b>	
ОБЕД	Огурец свежий	60	0,48	0,06	1,56	15,2	135
	Свекольник со сметаной	200	2,8	5,03	11,9	118,82	462
	Овощи тушеные	150	3,36	5,73	15,08	165,23	52
	Котлета мясная	80	9,84	8,02	7,16	151,13	161
	Компот из свежих фруктов	200	0,07	0,06	16,71	65	17
	Хлеб дарницкий	35	2,31	0,42	11,97	63,4	133
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	52,4	133
	Хлеб прибрежный	20	1,16	0,45	4,47	39,3	133
<b>ИТОГО ОБЕД</b>		<b>765</b>	<b>21,56</b>	<b>20,37</b>	<b>81,81</b>	<b>670,48</b>	
Уплотненный полдник	Пирожок с капустой	60	2,5	5,31	49,7	141,2	79
	Омлет	160	8,35	8,64	5	210,13	18
	Кефир	180	5,04	5,76	9,38	110,2	134
	Хлеб пшеничный	10	0,77	0,3	4,98	26,2	133
	Хлеб дарницкий	10	0,66	0,12	3,42	22,1	133
	Яблоко	120	0,5	0,5	11,76	75,2	135
		Развлечение	Сок	400	Фрукт	200	Шоколад
<b>Итого за уплотненный полдник</b>		<b>540</b>	<b>17,82</b>	<b>20,63</b>	<b>84,24</b>	<b>585,03</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>1940</b>	<b>49</b>	<b>54,1</b>	<b>234,93</b>	<b>1736,71</b>	

Шеф-повар \_\_\_\_\_ / Л.В.Кичук

Мед сестра \_\_\_\_\_ / Л.Г. Зиновьева