

Лытерь

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

МЕНЮ

На 22.06.2023г.

Возрастная категория: 2-3 года: 3 – 7лет

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 гречневая	200	6,3	7,2	26,72	189,1	99
	Кофе с молоком	200	1,3	1,3	14	99,7	253
	Слойка с маслом	30/5	2,02	4	10,33	97,35	54
Итого за 1 Завтрак		435	9,62	12,5	51,05	386,15	
Завтрак 2	Фрукт	200	0,8	0,8	19,6	95	135
Итого за 2 Завтрак		200	0,8	0,8	19,6	96	
ИТОГО ЗАВТРАК		635,00	10,42	13,3	70,65	481,15	
ОБЕД	Салат из свежих помидоров	50	0,35	5,04	1,18	61,52	118
	Суп крестьянский	200	2,34	2,15	11,94	101,16	82
	Запеканка картофельная с мясом	200	12,62	10	35,23	294,7	291
	Компот из свежемороженой ягод	200	0,13	0,09	14,3	74,53	71
	Хлеб пшеничный	20	1,15	0,9	7,47	49,3	133
	Хлеб дарницкий	30	1,45	0,26	7,52	39,82	133
	Хлеб прибрежный	20	1,15	0,9	7,47	49,3	133
ИТОГО ОБЕД		720	19,9	20,34	85,11	670,33	
	Плов из говядины	200	8,61	8,7	42,74	264,86	33
	Кефир	200	5,6	6,4	8,2	117,52	134
	Булочка домашняя	60	4,01	5,27	21,4	135,08	274
	Хлеб дарницкий	30	0,99	0,18	6,84	67,8	133
	Развлечение	Сок	400		Фрукт	200	шоколад
		вафли	2-44	вафли	1-50	печенье	3-72
Итого за уплотненный полдник		490	19,21	20,55	79,18	585,26	54,19
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1845,0	49	54,19	234,94	1736,74	

Шеф-повар 4 / Л.В.Кичук

Мед сестра Рыц / Л.Г. Зиновьева

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



22.06.2023г.2023г.

Возрастная категория: 2-3 года; 3 – 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность (ККАЛ)	
		ясли	сад	ясли	сад
Завтрак	Каша молочная гречневая	150	180	132,1	183,1
	Кофейный напиток ясли	180		82,8	
	Кофе с молоком сад		195		89,7
	Слойка с маслом	20/5	30/5	65,25	87,35
Итого за 1 Завтрак		355	410	280,15	360,15
2 Завтрак	Фрукт	100	100	70,2	90
Итого за Завтрак		455	510	350,35	450,15
ОБЕД	Салат из свежих помидоров	30	50	30,79	51,25
	Суп крестьянский	150	180	84,5	101,16
	Запеканка картофельная с мясом	160	200	236	294,7
	Компот из свеж.морож. ягод	150	180	53,83	64,53
	Хлеб пшеничный	10	15	26,2	39,3
	Хлеб дарницкий	18	22	32,58	39,82
	Хлеб прибрежный	10	15	26,2	39,3
Итого за Обед		528	662	490,1	630,06
Уплотненный полдник	Плов из говядины	160	200	186,39	264,86
	Кефир	180	200	100,8	112
	Булочка домашняя	50	50	115,08	115,08
	Хлеб дарницкий	10	20	18,1	48,2
Итого Уплотненный полдник		400	470	420,37	540,2
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1383	1642	1260,82	1620,41

Шеф-повар И / Кичук Л.В.

Медсестра Ан / Зиновьева Л.Г.