Заведующий МБДОУ «Ромашка»
Утверждаю: Петрова Е.К

Дата «04» декабря 2024г.

Меню

8 день	Выход		Белки		Жиры		Углеводы		Ккал	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак										
Суп молочный	0,160	0,180	4,64	5,18	4,38	4,69	14,86	16,95	117,44	130,68
Масло сливочное	0,003	0,003	0,00	0,00	2,18	2,18	0,04	0,04	19,80	19,80
Сыр твердый	0,010	0,015	2,66	3,99	2,63	3,95	0,00	0,00	34,00	51,00
Батон	0,020	0,020	2,90	3,30	1,20	1,50	11,80	13,20	74,00	82,20
Чай с молоком	0,160	0,180	2,37	2,67	2,08	2,34	12,72	14,31	79,11	89,00
Второй завтрак										
Сок	0,150	0,150	0,88	0,88	0,00	0,00	17,68	17,68	74,66	74,66
Обед			0,88	0,875	0,00	0,000	17,68	17,675	74,66	74,663
Овощи соленые	0,030	0,050	0,35	0,58	0,01	0,01	1,15	1,92	7,20	12,00
Щи из свежей капусты с картофелем	0,180	0,200	1,25	1,39	3,52	3,91	6,11	6,79	61,02	67,80
Плов из птицы	0,140	0,180	14,31	18,40	13,13	16,88	23,79	30,59	270,67	348,00
Кисель из кураги	0,150	0,160	0,69	0,74	0,05	0,05	21,44	22,87	88,80	94,72
Хлеб пшеничный	0,010	0,010	1,10	1,10	0,50	0,50	4,40	4,40	27,40	27,40
Хлеб ржаной	0,030	0,040	1,92	2,40	0,32	0,40	14,24	17,80	69,44	86,80
Полдник										
Бисквитный рулет с повидлом	0,050	0,070	3,50	4,90	2,78	3,89	31,78	44,49	168,89	236,45
Компот из плодов или ягод свежих	0,170	0,180	0,14	0,14	0,14	0,14	20,30	21,49	82,96	87,84
Икра кабачковая(сезон)	0,040	0,060	0,40	0,60	2,20	3,30	2,43	3,65	31,86	47,80
Рыба тушеная с овощами	0,100	0,120	9,57	11,48	4,82	5,78	2,57	3,08	91,67	110,00
Пюре картофельное	0,100	0,110	2,25	2,25	3,52	3,52	14,99	14,99	100,65	100,65
Хлеб пшеничный	0,010	0,020	1,10	2,10	0,50	0,90	4,40	8,70	27,40	54,80
итого			16,950	21,471	13,953	17,536	76,467	96,402	503,431	637,532
Специалист по питанию Евенко Е.Б										
Повар Коптева С.А										