

Заведующий МБДОУ «Ромашка»

Утверждаю: Петрова Е.К

«06» декабря 2024 г

Меню



10 день	Выход		Белки		Жиры		Углеводы		Ккал	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак										
Суп молочный	0,150	0,160	4,35	4,64	4,11	4,38	13,93	14,86	110,10	117,44
Масло сливочное	0,003	0,003	0,00	0,00	2,18	2,18	0,04	0,04	19,80	19,80
Батон	0,020	0,020	2,90	2,90	1,20	1,20	11,80	11,80	74,00	74,00
Чай с молоком	0,170	0,180	2,52	2,67	2,21	2,34	13,52	14,31	84,06	89,00
Второй завтрак										
Кисломолочный продукт	0,160	0,160	4,35	4,35	3,75	3,75	6,00	6,00	75,00	75,00
Обед										
Овощи соленые	0,030	0,050	0,35	1,49	0,01	2,59	1,15	3,13	7,20	41,80
Суп картофельный с крупой	0,150	0,180	1,51	1,81	1,67	2,00	10,20	12,24	61,95	74,34
Бефстроганов	0,050	0,060	5,95	7,14	7,25	8,70	3,07	3,68	102,60	123,12
Макаронные изделия отварные с маслом	0,100	0,120	3,66	4,40	2,81	3,37	17,85	21,43	110,00	132,00
Компот из свежих плодов	0,150	0,180	0,12	0,14	0,12	0,14	17,91	21,49	73,20	87,84
Хлеб пшеничный	0,010	0,020	1,10	2,20	0,50	1,00	4,40	8,80	27,40	54,80
Хлеб ржаной	0,030	0,040	1,92	2,40	0,32	0,40	14,24	17,80	69,44	86,80
Полдник										
Кекс творожный	0,050	0,060	4,71	4,71	7,42	7,42	25,03	25,03	186,00	186,00
Овощи соленые	0,040	0,050	0,30	0,50	1,65	2,75	1,82	3,04	23,90	39,83
Суфле куриное	0,060	0,080	11,75	14,10	3,87	4,64	0,55	0,66	83,75	100,50
Картофель в молоке	0,100	0,110	2,35	2,58	2,48	2,73	13,16	14,48	84,40	92,84
Чай с лимоном	0,150	0,160	0,09	0,10	0,02	0,02	7,76	8,28	31,22	33,30
Хлеб пшеничный	0,010	0,030	1,10	3,30	0,50	1,50	4,40	13,20	27,40	82,20
Итого			49,034	59,431	42,046	51,107	166,835	200,264	1251,416	1510,615
Специалист по питанию Евенко Е.Б										
Повар Коптева С.А										