Заведующий МБДОУ «Ромашка»
Утверждаю
Дата: «13» декабря 2024г
Меню

5день	Выход		Белки		Жиры		Углеводы		Ккал	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак										
Омлет натуральный	0,095	0,095	8,40	8,40	15,05	15,05	1,69	1,69	175,47	175,47
Овощи соленые	0,040	0,050	0,32	0,40	1,88	2,35	2,28	2,85	28,32	35,40
Чай с лимоном	0,150	0,180	0,09	0,11	0,02	0,02	7,76	9,32	31,22	37,46
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	0,022	2,10	3,30	0,90	1,50	8,70	13,20	54,80	82,20
Второй завтрак										
Плоды и ягоды свежие	0,100	0,100	0,65	0,67	0,65	0,67	15,82	16,33	71,04	73,33
Обед										
Икра морковная	0,030	0,040	0,66	0,88	1,38	1,84	3,27	4,35	28,11	37,48
Суп картофельный с клецками	0,160	0,180	1,34	1,51	2,15	2,42	7,77	8,74	55,84	62,82
Фрикадельки мясные в соусе(50/50)	0,070	0,100	5,71	8,15	5,74	8,20	5,23	7,47	95,67	136,67
Каша рассыпчатая	0,100	0,110	5,74	6,31	4,06	4,47	25,76	28,34	162,50	178,75
Компот из свежих плодов	0,150	0,170	0,12	0,14	0,12	0,14	17,91	20,30	73,20	82,96
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										
Кекс "Детский"	0,050	0,050	2,91	2,91	9,13	9,13	25,01	25,01	194,00	194,00
Вареники ленивые	0,110	0,160	11,38	16,55	15,59	22,68	18,84	27,41	265,91	386,78
Соус молочный (сладкий)	0,040	0,080	0,78	1,56	1,80	3,60	5,30	10,60	40,60	81,20
Простокваша	0,180	0,180	5,22	5,22	4,50	4,50	7,38	7,38	91,00	91,00
итого										
Специалист по питанию Евенко Е.Б										
Повар Бибик О.С										