Заведующий МБДОУ» Ромашка»
Утверждаю: Петрова Е.К

Дата: «28» декабря 2024г
Меню

6 день	Выход		Белки		Жиры		Углеводы		Ккал	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак										
Суп молочный	0,150	0,180	4,35	4,35	4,11	4,11	13,93	13,93	110,10	110,10
Сыр твердый	0,010	0,015	5,08	5,08	4,60	4,60	0,28	0,28	63,00	63,00
Масло сливочное	0,003	0,003	0,00	0,00	2,18	2,18	0,04	0,04	19,80	19,80
Чай с молоком	0,160	0,180	2,65	3,18	2,33	2,80	11,31	13,57	77,00	92,40
Батон	0,020	0,020	2,90	2,90	1,20	1,20	11,80	11,80	74,00	74,00
Второй завтрак										
Яблоко	0,100	0,100	4,35	5,22	3,75	4,50	6,00	7,20	75,00	90,00
Обед										
Овощи соленые	0,030	0,040	0,35	0,47	0,01	0,01	1,15	1,53	7,20	9,60
Борщ	0,160	0,180	19,10	1,51	27,33	3,68	15,57	11,94	385,01	86,94
Зразы рыбные	0,060	0,080	6,37	8,27	0,07	11,84	0,03	6,75	1,24	166,84
Пюре картофельное	0,100	0,110	2,75	3,03	0,11	3,45	0,50	17,34	0,65	112,84
Кисель из кураги	0,140	0,160	0,17	0,19	0,08	0,09	19,26	22,02	78,40	89,60
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										
Кондитерские изделия	0,040	0,060	2,61	2,61	0,07	4,50	0,22	24,79	0,24	149,87
Овощи соленые	0,030	0,040	6,57	9,20	2,14	3,00	3,93	5,50	52,79	73,90
Биточки рубленные	0,045	0,050	2,04	2,25	3,20	3,52	13,63	14,99	91,50	100,65
Каша рассыпчатая	0,100	0,110	0,56	0,70	2,00	2,50	2,35	2,93	29,64	37,05
Чай с лимоном	0,150	0,160	0,09	0,10	0,03	0,02	77,70	8,29	0,60	33,29
Хлеб пшеничный	0,010	0,020	1,10	2,10	0,50	0,90	4,40	8,70	27,40	54,80
итого			13,85	20,540	9,58	16,231	51,37	86,5220	319,59	547,171
Специалист по питанию Евенко Е.Б.										
Повар Коптева С.А										