

МЕНЮ ВЕСНА - ЛЕТО

" 28 " апреля 2022 год

Утверждаю
Руководитель СП
Ш № 4 п.г.т. Безенчук
детский сад "Тополёк"
И.А. Карпова



	Наименование блюда	Ясли 10,5						Химический состав					
		Вес блюда, гр.	Химический состав					Вес блюда, гр.	Химический состав				
			Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетическая ценность	Витамин С		Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетическая ценность	Витамин С
Завтрак 1	Каша из смеси круп(рис-пшено)	150	5.5	4	28,91	191	0	200	5.67	5.28	37.44	220	0
	Какао с молоком	150	3	2.6	21.4	120.6	1.1	200	4.58	5.04	21.5	145.34	0.03
	Бутерброд с сыром	0,03/0,007	3.15	6.7	20	154.4	0.14	0,04/0,005	3.15	6.7	20	154.4	0.14
Итого завтрак:			11,65	13,3	70,31	466			13,4	17,02	78,94	519,7	
Завтрак 2	Сок пакетированный	100	0,54	0	10.1	42.2	3.6	100	0,54	0	10.1	42.2	3,6
Обед:	Салат с зелёным горошком	40	1.1	2	2.5	33.44	4.4	40	1.1	2	2.5	33.44	4,4
	Суп с клёцками и сметана	150	1.19	1.63	12.5	89.4	4.92	200	1.97	2.73	14.58	90.75	8.2
	Плов из птицы	150	19.3	17.5	33.8	387.2	0.6	200	21.47	19.6	35.7	406	1,01
	Компот из с/фруктов с VitC	150	0.06	0	20.7	84.7	0.35	200	0.06	0	27.7	113	0,5
	Хлеб пшеничный	21	2.3	0.2	15.1	71	0	28	2.3	0.2	15.1	71	0
	Хлеб ржаной	34	2.7	0.4	14.8	75.4	0	43	2.8	0.5	19.4	77.8	0
Итого обед:			23,39	20,08	82,68	645,3			36,25	12,53	91,3	600	
Полдник:	Булочка домашняя	50	11.64	6.26	26.96	179	0	70	12	8.7	37.7	250.6	0
	Чай с сахаром	150	0.05	0	6.99	28	0.02	200	0.06	0.02	9.99	40	0,03
			11,69	6,26	33,95	207			5.06	11.68	41.19	323	
Итого день:			47,27	39,64	201	1360,5			55,25	59,23	221,5	1585	