

## МЕНЮ ВЕСНА - ЛЕТО

" 29 " апреля 2022 год

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



	Наименование блюда	Если 10,5						Сад 10,5					
		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
Завтрак1	Каша молочная вязкая пшеничная	150	5.5	8,6	36.2	210	0	200	5.67	5.28	37.44	220	0
	Какао с молоком	150	3	2,6	16.4	120.6	1.1	200	4	3.5	17.5	118	1.5
	Бутерброд с маслом	0.03/0.005	3.1	5.1	19.95	140.3	0	0.04/0.007	3.15	6.7	20	154.4	0.14
Итого завтрак:			<b>11,6</b>	<b>16,3</b>	<b>72,55</b>	<b>470,9</b>			<b>12,82</b>	<b>15,48</b>	<b>74,94</b>	<b>492,4</b>	
Завтрак2:	Сок пакетированный	100	0.54	0	10.1	42.2		100	0.54	0	10.1	42.2	3.6
Обед:	Салат из репчатого лука	30	0.08	0	27.7	113	0.5	40	1.1	0	29.3	115	0.6
	Суп картофельный с крупой(рис)	150	1.19	1.63	12.5	69.4	4.95	200	2.4	11.3	24.4	195	7.3
	Ленивые голубцы	100	13.12	9.04	20.26	219	20.03	120	14.12	9.04	20.26	220	20.1
	Компот из с/фруктов с VitC	150	0.06	0	20.7	84.7	0.35	200	0.07	0	27.7	86.7	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:			<b>11,3</b>	<b>9,6</b>	<b>46,4</b>	<b>398,4</b>			<b>21,98</b>	<b>24,04</b>	<b>85,9</b>	<b>700</b>	
	Кондитерские изделия	30	5.5	6.5	54.6	298.6	0.01	80	15.5	6.5	54.6	298.4	0.01
	Кисель	150	5.8	5	8	100	1	200	5.8	5	9.99	100	1.4
Итого полдник:			<b>11,3</b>	<b>9,6</b>	<b>46,4</b>	<b>398,4</b>			<b>17,56</b>	<b>16,52</b>	<b>64,59</b>	<b>398,4</b>	
Итого день:			<b>42,71</b>	<b>39,27</b>	<b>200,31</b>	<b>1398,5</b>			<b>52,9</b>	<b>56,04</b>	<b>235,53</b>	<b>1573</b>	