

МЕНЮ ВЕСНА - ЛЕТО

" 8 " июня 2022 год



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

	Наименование блюда	Ясли 10,5						Сад 10,5					
		Вес блюда, гр.	Химический состав					Вес блюда, гр.	Химический состав				
			Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетич ценность	Витамин С		Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетич ценность	Витамин С
Завтрак	Суп молочный с макаронными из	150	4,3	3,9	14,1	258,9	0,84	200	6,23	5,22	18,83	345,2	1,13
	Кофейный напиток	150	3	2,6	21,4	120,6	1,1	200	4	3,5	17,5	118	1,5
	Бутерброды с маслом	0,03/0,005	3,1	5,1	19,95	140,5	0	0,04/0,007	3,15	6,7	20	154,4	0
Итого завтрак:			12,04	11,6	55,45	424,4			13,38	15,42	56,33	617,6	
Завтрак	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1	42,2	3,6	100	0,54	0	10,1	42,2	3,6
Обед:	Салат из кукурузы	40	1,1	2,4	20,7	84,7	0,35	40	0,08	3,6	27,7	113	5,1
	Борщ с капустой, картофелем	150	1,92	3	9,5	79,05	5,4	200	3,2	4	12,7	105,4	7,3
	Кнели куриные	60	17,03	14,14	5,3	217	0,03	70	21,47	19,6	35,7	406	1,01
	Гарнир из крупы (гречка)	150	12,2	7,5	43,1	307,2	0	130	11,79	6,77	53,06	280	0
	Соус сметанный/т	20	0,3	0,9	1,4	16,02	0,02	30	0,48	4,02	1,5	44	0
	Компот из сухофруктов 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			35,4	23,4	119,67	808,17			41,43	38,59	183,4	986,4	
Полдник	Сырники из творога	50	9,3	6,33	0,38	116	0,13	50	13,31	11,66	31,2	283	0,13
	Чай с сахаром	150	0,05	0,01	21,33	28	0,02	200	0,06	0,02	9,99	40	0,03
Итого полдник:			9,35	6,31	24,77	207			13,37	11,68	13,38	323	
Итого день:			49,21	41,31	209,99	1481,7			68,72	65,69	263,2	1969,2	