

## МЕНЮ ВЕСНА - ЛЕТО

" 9 " июня 2022 год

Утверждаю  
Руководитель СП  
М. 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.	Энергетическая ценность	Витамин С		Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетическая ценность	Витамин С
Завтрак1	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	
Завтрак2	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 зеленым 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	