



Утверждаю:  
 Руководитель СП  
 №4 п.г.т. Безенчук  
 «детский сад Ручеек»  
 С.В. Степанова

Меню  
 31 мая 2022 года

ВПрием пищи	Наименование блюда	Выход блюдов	Ясли 10,5			Энергетич еская ценность (ккал)	Вита мин С	Выход блюдов	Сад 10,5			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У				Б	Ж	У		
Завтрак 1	Каша молочная рисовая	150	3,6	5,5	19,9	144,1	0,4	200	5,67	7,3	26,5	192	0,5
	Какао на молоке	150	4,4	3,7	16,1	115,9	0,7	200	5,8	4,9	21,4	154,5	0,8
	Бутерброд с маслом сыром	30/7/8	4,6	3,2	15,1	107,4	0,1	30/7/8	4,6	4,6	3,2	15,1	0,1
<b>Итого за завтрак</b>			<b>12,6</b>	<b>12,4</b>	<b>51,1</b>	<b>367,4</b>			<b>16,07</b>	<b>16,8</b>	<b>67,9</b>	<b>361</b>	
Завтрак 2	Сок пакетированный	100	0,54	0	10,1	42,2	3,6	100	0,54	0	10,1	42,2	3,6
<b>Обед</b>	Салат из зел, горошка	40	0,56	2	3,6	34,9	12,9	60	0,84	3,04	5,4	52,4	13,1
	Суп гороховый на мясном бульоне со	150	4,7	3,2	19,3	123,9	2,7	200	6,2	4,2	25,7	165,2	3,1
	Шницель мясной	50	8,2	8,7	9,7	150,5	0	70	11,4	12,1	13,5	210,7	0
	Картофельное пюре	120	3,3	5,2	21,6	146,5	10,4	150	4,1	6,4	27	183,5	10,4
	Компот из с/фруктов	150	0	0	11,6	46,5	0,35	200	0	0	15,4	62	0,05
	Хлеб ржаной	30	1,3	0,2	8,5	40,8	0	30	1,3	0,2	8,5	40,8	0
	Хлеб пшеничный	20	2,3	0,2	15,1	71	0	20	2,3	0,2	15,1	71	0
<b>Итого за полдник</b>			<b>20,3</b>	<b>19,5</b>	<b>89,4</b>	<b>614,1</b>			<b>30,46</b>	<b>28,74</b>	<b>114,6</b>	<b>798</b>	
Полдник	Творожная запеканка	90	16,3	10,5	21,8	250,8	4,2	100	22,8	15,6	22,2	321	4,8
	Джем	20	0,4	0	0,8	11,8	0,56	20	0,4	0	0,8	11,8	0,56
	Чай с сахаром	150	0,15	0,08	11,25	45	0,02	200	0,18	0,09	15	60	0,03
<b>Итого за полдник</b>			<b>16,8</b>	<b>10,5</b>	<b>33,9</b>	<b>307,6</b>							
<b>Итого за день</b>			<b>40,2</b>	<b>45,3</b>	<b>198</b>	<b>1320</b>			<b>52,8</b>	<b>56,2</b>	<b>243</b>	<b>1720</b>	