

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ «детский сад №96 «Калинка»

Г.В. Шангина



Оригинал утвержден заведующим МБДОУ №96

МЕНЮ

**Для маленьких «нехочух»
На 27 сентября 2022 года**

| Прием пищи, наименование блюда | Масса гр | Пищевые вещества, г | | | Энерг. ценн., ккал |
|---|-------------|---------------------|--------------|---------------|--------------------|
| | | жиры | белки | углеводы | |
| ЗАВТРАК | | | | | |
| Каша Дружба молочная | 180 | 16,27 | 16,11 | 88,65 | 564,44 |
| Бутерброды с маслом | 30 | 1,94 | 17,83 | 11,27 | 213,5 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,07 | 0,00 | 9,00 | 34,79 |
| ЗАВТРАК 2 | | | | | |
| Напиток лимонный | 180 | 0,11 | 0,02 | 21,94 | 86,15 |
| ОБЕД | | | | | |
| Рассольник на мясном бульоне со сметаной | 200 | 6,48 | 7,24 | 21,98 | 180,14 |
| Рыба тушеная в томате с овощами | 70 | 25,24 | 11,94 | 1,72 | 215,74 |
| Рис отварной с овощами | 110 | 3,27 | 6,89 | 33,45 | 208,93 |
| Напиток из клюквы | 150 | 0,11 | 0,09 | 11,05 | 44,39 |
| Хлеб пшеничный | 70 | 2,77 | 0,35 | 16,90 | 74,76 |
| ПОЛДНИК гр. 17, 18 (дети 12 часов) | | | | | |
| Баранка | 40 | 1,38 | 1,04 | 3,22 | 180,96 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,07 | 0,00 | 9,00 | 34,79 |
| УЖИН | | | | | |
| Запеканка из творога с джемом сгущенным | 120 | 24,71 | 21,10 | 60,78 | 528,59 |
| Чай без сахара | 180 | 0,11 | 0,00 | 0,02 | 1,03 |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | 1690 | 82,53 | 82,61 | 288,98 | 2368,21 |