



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ детский сад №96 «Калинка»

Т.В. Шангина



Оригинал утвержден заведующим МБДОУ №96

МЕНЮ

**Для маленьких «нехочух»
На 12 октября 2022 года**

Прием пищи, наименование блюда	Масса гр	Пищевые вещества, г			Энерг. ценн., ккал
		жиры	белки	углеводы	
ЗАВТРАК					
Каша пшеничная вязкая	200	10,72	9,04	48,08	307,58
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					
Биопродукт	125	2,50	2,80	9,10	70
ОБЕД					
Щи из свежей капусты, с мясом и сметаной	200	5,50	7,08	10,26	127,54
Гуляш из сердца	100	21,20	9,53	8,79	202,83
Пюре картофельное	150	4,18	6,69	21,53	163,59
Хлеб пшеничный	70	2,77	0,35	16,90	74,76
Компот из смеси сухофруктов	180	0,85	0,12	29,16	115,8
ПОЛДНИК гр.16, 17, 18, 21 (дети 12 часов)					
Чай без сахара	180	0,11	0,00	0,02	1,03
Пряники	20	0,19	0,11	3,11	13,43
УЖИН					
Макароны, запеченные с сыром	150	10,39	9,26	42,36	293,88
Чай без сахара	180	0,11	0,00	0,02	1,03
Конфета шоколадная	15	0,09	0,59	1,33	11,05
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1780	60,62	63,40	210,93	1630,81