

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ детский сад №96 «Калинка»

Т.В. Шангина



Оригинал утвержден заведующим МБДОУ №96

МЕНЮ

**Для маленьких «нехочух»
На 18 октября 2022 года**

Прием пищи, наименование блюда	Масса гр	Пищевые вещества, г			Энерг. ценн., ккал
		жиры	белки	углеводы	
ЗАВТРАК					
Чай с сахаром	180	0,07	0,00	9,00	34,79
Бутерброды с маслом	30	1,94	17,83	11,27	213,5
Каша пшеничная вязкая молочная	200	5,66	7,40	24,34	186,36
ЗАВТРАК 2					
Мандарин	100	0,80	0,20	7,50	38
ОБЕД					
Борщ, с капустой свежей, мясом и сметаной	200	5,34	7,04	10,02	125,4
Котлеты рыбные	90	35,17	14,96	13,13	326,56
Рис отварной с овощами	110	3,27	6,89	33,45	208,93
Хлеб пшеничный	70	2,77	0,35	16,90	74,76
Напиток смородиновый	180	0,22	0,09	23,20	91,76
ПОЛДНИК гр.16, 17, 18, 21 (дети 12 часов)					
Чай с сахаром	180	0,07	0,00	9,00	34,79
Сухари		0,00	0,00	0,00	0
УЖИН					
Сырники из творога с вареньем	120	32,28	26,42	54,22	584,69
Чай без сахара	180	0,11	0,00	0,02	1,03
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1640	87,70	81,18	212,05	1920,57