

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ детский сад №96 «Калинка»

Т.В. Шангина



Образец утвержден заведующим МБДОУ №96

МЕНЮ

**Для маленьких «нехочух»
На 25 октября 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					
Груша	100	0,40	0,30	10,30	47
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
Кисель из клюквы (густой)	180	0,13	0,09	19,40	75,96
Хлеб пшеничный	70	2,77	0,35	16,90	74,76
ПОЛДНИК гр.16, 17, 18, 21 (дети 12 часов)					
Сухари	20	0,00	0,00	0,00	0
Чай с сахаром	180	0,07	0,00	9,00	34,79
УЖИН					
Кекс Шарлотка	110	0,00	0,00	0,00	0
Чай без сахара	180	0,11	0,00	0,02	1,03
Каша гречневая молочная жидкая	200	22,64	21,66	63,74	539,54
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1810	79,39	82,41	285,43	2190,62