

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ детский сад №96 «Калинка»



Т.В. Шангина



Оригинал утвержден заведующим МБДОУ №96

МЕНЮ

Для маленьких «нехочух»

На 01 декабря 2022 года

Прием пищи, наименование блюда	Масса гр	Пищевые вещества, г			Энерг. ценн., ккал
		жиры	белки	углеводы	
ЗАВТРАК					
Чай с сахаром (<i>чай, сахар</i>)	180	0,07	0,00	9,00	34,79
Каша кукурузная вязкая (<i>крупа кукурузная, молоко 3,2 %, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>)	200	6,08	8,12	29,32	214,22
Бутерброды с маслом (<i>масло сливочное, батон пшеничный в/с</i>)	30	1,94	17,83	11,27	213,5
ЗАВТРАК 2					
Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	47
ОБЕД					
Суп картофельный с макаронными изделиями (<i>филе мясо говядины, картофель, макаронные изделия, соль йодированная, лук, морковь, масло сливочное</i>)	200	8,46	10,34	11,58	173,02
Капуста тушеная с мясом (<i>филе мясо говядины, капуста свежая, лук репчатый, морковь, соль йод, масло растительное, масло слив</i>)	150	11,98	13,09	39,89	327,95
Хлеб пшеничный в/с	70	2,77	0,35	16,90	74,76
Компот из консервированных фруктов (<i>компот конс. фруктов, сахар-песок, витамин С</i>)	180	0,30	0,09	20,92	83,7
ПОЛДНИК гр.16, 17, 18, 21 (дети 12 часов)					
Пряники	40	0,19	0,11	3,11	13,43
Чай без сахара	180	0,11	0,00	0,02	1,03
УЖИН					
Омлет натуральный (<i>яйцо, масло сливочное, соль йодированная, молоко 3,2%</i>)	80	8,35	11,59	1,95	145,71
Чай без сахара	180	0,11	0,00	0,02	1,03
Шоколад	15	0,76	3,52	5,25	55,78
Батон пшеничный в/с	30	1,94	17,83	11,27	213,5
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1635	43,46	83,27	170,30	1599,42