

УТВЕРЖДАЮ
директор детского сада №96 «Капитан»
Шарова Т.В. Т.В. Шарова

Th. Marvel

М. Краков



МЕНЮ

На 12 декабря 2022 года

Прием пищи, наименование блюда	Масса гр	Пищевые вещества, г			Энерг. ценн., ккал
		жиры	белки	углеводы	
ЗАВТРАК					
Чай с сахаром (чай, сахар)	180	0,07	0,00	9,00	34,79
Каша манная вязкая (крупа манная, молоко 3,2 %, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная)	200	9,00	8,94	44,48	294,56
Бутерброды с маслом (масло сливочное, батон пшеничный в/с)	30	1,94	17,83	11,27	213,5
ЗАВТРАК 2					
Сок фруктовый	200	0,74	0,14	23,58	99
ОБЕД					
Суп картофельный с макаронными изделиями (филе мясо говядины, картофель, макаронные изделия, соль йодированная, лук, морковь, масло сливочное)	200	8,46	10,34	11,58	173,02
Котлеты из говядины (мясо говядины, хлеб пшеничный, соль йод., сухарь панировочный, яйцо, масло растительное, соус красный)	90	2,17	2,74	8,48	65,99
Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	90	21,81	19,93	63,61	519,37
Напиток из облепихи (ягода свежая, сахар, витамин С)	180	0,07	0,05	12,40	48,22
Хлеб пшеничный в/с	70	2,77	0,35	16,90	74,76
ПОЛДНИК гр. (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					
Чай без сахара	180	0,11	0,00	0,02	1,03
Ватрушка с повидлом (мука в/с, яйцо, масло слив., масло растит., молоко 3,2, сахар, дрожжи, повидло фруктовое)	90	11,06	8,81	50,48	325,58
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1730	58,50	69,24	254,93	1864,28