



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ детский сад №96 «Калинка»
Т.В. Шангина



Оригинал утвержден заведующим МБДОУ №96

МЕНЮ

**Для маленьких «нехочух»
На 18 апреля 2023 года**

Прием пищи, наименование блюда	Масса гр	Пищевые вещества, г			Э/Ц
		жиры	белки	углеводы	
ЗАВТРАК					
Кофейный напиток (кофейный напиток, сахар,молоко 3,2 %)	150/180	0,07	0,00	9,00	34,79
Каша пшенная вязкая молочная (пшено, молоко 3,2 %, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная)	180/200	5,66	7,40	24,34	186,36
Бутерброды с маслом (масло сливочное, батон пшеничный в/с)	25/30	1,94	17,83	11,27	213,5
ЗАВТРАК 2					
Биопродукт	125	2,50	2,80	9,10	70
ОБЕД					
Борщ, с капустой свежей, мясом и сметаной (филе мясо говядины, картофель, свекла, морковь, лук репчатый, капуста свежая, масло подсолнечное, соль йодированная, сметана 15%)	150/200	5,34	7,04	10,02	125,4
Рыба тушеная в томате с овощами (рыба свежая, лук репчатый, морковь, соль йод, масло растительное, масло слив, соус красный)	60/80	25,24	11,94	1,72	215,74
Пюре картофельное (картофель, масло сливочное, молоко 3,2%, соль йод.)	110/130	4,18	6,69	21,53	163,59
Хлеб пшеничный в/с	60/70	2,77	0,35	16,90	74,76
Компот из смеси сухофруктов (курага, чернослив, изюм, сахар-песок, витамин С)	150/180	0,85	0,12	29,16	115,8
Помидоры свежие	30/50	0,04	0,01	0,26	1,24
ПОЛДНИК (дети 12 часов)					
Чай с лимоном (чай, сахар, лимон)	150/180	0,13	0,00	12,33	48,73
Баранка	50/70	1,38	1,04	3,22	180,96
УЖИН					
Запеканка из творога со сгущенным молоком (творог, сахар-песок, яйцо, масло сливочное, крупа манная, соль йодированная, сгущенное молоко)	120/135	32,28	26,42	54,22	584,69
Яблоко	100	0,30	0,47	3,00	16,68
Чай без сахара	150/180	0,11	0,00	0,02	1,03
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1610/1910	82,79	82,11	206,09	2033,27