

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ детский сад №96 «Калинка»

Т.В. Шангина



Оригинал утвержден заведующим МБДОУ №96

МЕНЮ

Для маленьких «нехочух»

На 04 сентября 2023 года

Прием пищи, наименование блюда	Масса гр	Пищевые вещества, г			Энерг. ценн., ккал
		жиры	белки	углеводы	
ЗАВТРАК					
Чай с сахаром (чай черный в/с, сахар)	150/180	0,07	0,00	9,00	34,79
Каша манная вязкая (крупа манная, молоко 3,2 %, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная)	180/200	22,64	21,66	63,74	539,54
Бутерброды с маслом (масло сливочное, батон пшеничный в/с)	25/30	1,94	17,83	11,27	213,5
ЗАВТРАК 2					
Сок фруктовый	150/180	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)	150/200	8,46	10,34	11,58	173,02
Гуляш из отварного мяса в томатном соусе (филе мясо говядины, лук репчатый, морковь, соль йод, масло растительное, масло слив, соус красный)	60/80	0,62	2,75	3,67	42,39
Каша гречневая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йодиров)	110/130	21,81	19,93	63,61	519,37
Хлеб пшеничный в/с	70	2,77	0,35	16,90	74,76
Напиток лимонный (лимон, сахар-песок)	150/180	0,11	0,02	21,94	86,15
Помидоры свежие	30/50	0,04	0,01	0,26	1,24
ПОЛДНИК (дети 12 часов)					
Банан	100	2,50	2,80	9,10	70
УЖИН					
Булочка посыпушка (мука в/с, яйцо, масло слив., масло растит., молоко 3,2, сахар, дрожжи)	90/110	8,68	9,13	37,08	266,48
Суп молочный рисовый (крупа рисовая, молоко 3,2 %, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная)	180/200	42,08	29,78	148,72	1029,6
Чай без сахара	150/180	0,11	0,00	0,02	1,03
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1595/1890	112,57	114,74	420,47	3150,87