

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



Оригинал утвержден заведующим МБДОУ №96

МЕНЮ

**Для маленьких «нехочух»
На 22 сентября 2023 года**

Прием пищи, наименование блюда	Масса гр	Пищевые вещества, г			Энерг. ценн., ккал
		жиры	белки	углеводы	
ЗАВТРАК					
Чай с сахаром (<i>чай, сахар</i>)	150/180	0,07	0,00	9,00	34,79
Каша гречневая молочная жидкая (<i>крупа гречневая, молоко 3,2 %, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>)	180/200	22,64	21,66	63,74	539,54
Бутерброды с маслом (<i>масло сливочное, батон пшеничный в/с</i>)	25/30	1,94	17,83	11,27	213,5
ЗАВТРАК 2					
Напиток из облепихи (<i>ягода свежая, сахар-песок, витамин С</i>)	150/180	0,07	0,05	12,40	48,22
ОБЕД					
Рассольник на мясном бульоне со сметаной (<i>филе мясо говядины, картофель, морковь, лук репчатый, крупа перловая, огурцы соленые, масло подсолнечное, соль йодированная, сметана 15%</i>)	150/200	6,48	7,24	21,98	180,14
Плов с мясом (<i>мясо говядины филе, крупа рис, лук репчатый, морковь, соль йод, масло растительное, масло слив</i>)	180/200	21,16	27,26	42,76	500,38
Хлеб пшеничный в/с	60/70	2,77	0,35	16,90	74,76
Компот из консервированных фруктов (<i>компот конс. фруктов, сахар-песок, витамин С</i>)	150/180	0,30	0,09	20,92	83,7
ПОЛДНИК					
Банан	100	2,50	2,80	9,10	70
УЖИН					
Каша Дружба молочная (<i>крупа рис, пшено молоко 3,2 %, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>)	180/200	16,27	16,11	88,65	564,44
Батончик слоенный с начинкой	0,055	8,68	9,13	37,08	266,48
Чай без сахара	150/180	0,11	0,00	0,02	1,03
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1475/1720	82,99	102,52	333,82	2576,98

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ детский сад №96 «Калинка»

Т.В. Шангина



Оригинал утвержден заведующим МБДОУ №96

МЕНЮ**Для маленьких «нехочух»****На 22 сентября 2023 года**

Прием пищи, наименование блюда	Масса гр	Пищевые вещества, г			Энерг. ценн., ккал
		жиры	белки	углеводы	
ЗАВТРАК					
Чай с сахаром (<i>чай, сахар</i>)	150/180	0,07	0,00	9,00	34,79
Каша гречневая молочная жидкая (<i>крупа гречневая, молоко 3,2 %, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>)	180/200	22,64	21,66	63,74	539,54
Бутерброды с маслом (<i>масло сливочное, батон пшеничный в/с</i>)	25/30	1,94	17,83	11,27	213,5
ЗАВТРАК 2					
Напиток из облепихи (<i>ягода свежая, сахар-песок, витамин С</i>)	150/180	0,07	0,05	12,40	48,22
ОБЕД					
Рассольник на мясном бульоне со сметаной (<i>филе мясо говядины, картофель, морковь, лук репчатый, крупа перловая, огурцы соленые, масло подсолнечное, соль йодированная, сметана 15%</i>)	150/200	6,48	7,24	21,98	180,14
Плов с мясом (<i>мясо говядины филе, крупа рис, лук репчатый, морковь, соль йод, масло растительное, масло слив</i>)	180/200	21,16	27,26	42,76	500,38
Хлеб пшеничный в/с	60/70	2,77	0,35	16,90	74,76
Компот из консервированных фруктов (<i>компот конс. фруктов, сахар-песок, витамин С</i>)	150/180	0,30	0,09	20,92	83,7
ПОЛДНИК					
Банан	100	2,50	2,80	9,10	70
УЖИН					
Каша Дружба молочная (<i>крупа рис, пшено молоко 3,2 %, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная</i>)	180/200	16,27	16,11	88,65	564,44
Батончик слоенный с начинкой	0,055	8,68	9,13	37,08	266,48
Чай без сахара	150/180	0,11	0,00	0,02	1,03
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1475/1720	82,99	102,52	333,82	2576,98