

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ детский сад №96 «Калинка»

Т.В. Шангина

Т.В. Шангина



Оригинал утвержден заведующим МБДОУ №96

МЕНЮ

Для маленьких «нехочух»

На 09 февраля 2024 года

Приемники, наименование блюда	Масса гр	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность ккал
		жиры	белки	углеводы	
ЗАВТРАК					
Чай без сахара (чай черный, вода)	150/180	0,11	0,00	0,02	1,0
Каша пшеничная вязкая молочная (пшено, молоко 3,2 %, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная)	180/200	5,66	7,40	24,34	186,3
Бутерброды с маслом и сгущенным молоком (масло сливочное, батон пшеничный в/с, сгущенное молоко)	40/50	1,94	17,83	11,27	213,0
ЗАВТРАК 2					
Мандарин	100	0,80	0,20	7,50	3,0
ОБЕД					
Щи из свежей капусты, с мясом и сметаной (филе мясо говядины, картофель, морковь, лук репчатый, капуста свежая, масло подсолнечное, соль йодированная, сметана 15%)	150/200	5,50	7,08	10,26	127,5
Плов с мясом (мясо говядины филе, крупа рис, лук репчатый, морковь, соль йод, масло растительное, масло слив)	180/200	21,16	27,26	42,76	500,0
Хлеб пшеничный в/с	60/70	2,77	0,35	16,90	74,0
Напиток из смородины (крахмал, ягода свежая, сахар-песок, витамин С)	150/180	0,11	0,09	11,05	44,0
Огурец свежий	30/50	0,07	0,01	0,22	1,0
ПОЛДНИК					
Молоко	150/180	0,90	0,86	1,30	17,0
УЖИН					
Гренка в яйце с сыром (масло сливочное, батон пшеничный в/с, сыр тв. сортов, яйцо)	50/50	4,94	4,78	15,35	121,0
Чай с сахаром (чай черный, сахар)	150/180	0,07	0,00	9,00	34,0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1390/1640	44,03	65,86	149,97	1360,0