

Согласованно:

Заведующий МДОАУ *Л. В. Лешетина*

*Л. В. Лешетина*

Меню на 23.12.2024г



Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак 1</b>					
Батон нарезной	25	1,86	0,73	12,85	65,50
Масло (порциями)	5	0,04	3,9	0,05	35,44
Каша пшеничная молочная жидкая	170	7,17	3,92	36,20	208,80
Кофейный напиток с молоком	200	3,04	3,14	14,63	99,05
<b>Итого за Завтрак 1</b>	<b>400</b>	<b>12,11</b>	<b>11,69</b>	<b>63,73</b>	<b>408,79</b>
<b>Завтрак 2</b>					
Соки, овощные, фруктовые	180	1,05	0,15	19,80	90,00
<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>180</b>	<b>1,05</b>	<b>0,15</b>	<b>19,80</b>	<b>90,00</b>
<b>Обед</b>					
Салат "Степной"	50	0,91	3,89	6,75	65,40
Суп картофельный с бобовыми	180	4,34	3,21	14,18	102,92
Котлеты рубленые	70	10,20	12,91	6,63	183,53
Макаронные изделия отварные	130	5,68	3,95	31,20	179,98
Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	18,67	79,41
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32
<b>Итого за Обед</b>	<b>650</b>	<b>24,38</b>	<b>24,69</b>	<b>90,79</b>	<b>679,56</b>
<b>Полдник</b>					
Молоко кипяченое	200	5,90	6,80	9,90	123,00
Сдоба обыкновенная	50	3,88	2,36	26,15	141,00
<b>Итого за Полдник</b>	<b>250</b>	<b>9,78</b>	<b>9,16</b>	<b>36,05</b>	<b>264,00</b>
<b>Ужин</b>					
Запеканка из творога с соусом молочным сладким	200	19,30	33,18	28,76	236,25
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46
Хлеб пшеничный	50	3,72	1,46	25,70	131,00
<b>Итого за Ужин</b>	<b>450</b>	<b>23,22</b>	<b>34,69</b>	<b>64,51</b>	<b>408,71</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1 930</b>	<b>70,54</b>	<b>80,38</b>	<b>274,88</b>	<b>1 851,06</b>