

УТВЕРЖДАЮ  
директор "Общепит-Юг"

Полупанов С.Н.

# МЕНЮ

МБДОУ № 92

на 09.12.2022

САД дети дошкольного возраста от 3х до 7 лет с 12-ч пребыванием

| Наименование блюда                                               | Выход, г | Пищевая ценность |         |             |         |
|------------------------------------------------------------------|----------|------------------|---------|-------------|---------|
|                                                                  |          | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г | , ккал  |
| ЗАВТРАК                                                          |          |                  |         |             |         |
| Запеканка рисовая с творогом(соус яблочный)100/75                | 175      | 6,09             | 4,20    | 27,32       | 169,42  |
| Какао с молоком                                                  | 200      | 2,30             | 1,78    | 17,44       | 94,98   |
| Бутерброды с сыром15/5/15                                        | 35       | 3,68             | 6,60    | 6,63        | 100,65  |
|                                                                  | 410      | 12,07            | 12,58   | 51,39       | 365,05  |
| ЗАВТРАК 2                                                        |          |                  |         |             |         |
| Плоды свежие (апельсины,яблокибананы)                            | 100      | 1,50             | 0,50    | 21,02       | 95,00   |
|                                                                  | 100      | 1,50             | 0,50    | 21,02       | 95,00   |
| ОБЕД                                                             |          |                  |         |             |         |
| Суп-лапша домашняя (курицей)175/25                               | 200      | 8,74             | 10,50   | 16,82       | 198,46  |
| Запеканка картофельная с печенью(соус сметанный с томатом)100/50 | 150      | 11,10            | 7,95    | 15,11       | 176,39  |
| Икра кабачковая(промышленного производства)                      | 60       | 1,14             | 5,34    | 4,62        | 71,40   |
| Кисель из сока плодово-ягодного+вит.С                            | 200      | 0,06             | 0,06    | 22,20       | 89,48   |
| Хлеб ржаной                                                      | 30       | 1,98             | 0,36    | 10,02       | 52,20   |
| Хлеб пшеничный                                                   | 30       | 1,98             | 0,36    | 10,02       | 52,20   |
|                                                                  | 670      | 25,00            | 24,57   | 78,79       | 640,13  |
| ПОЛДНИК                                                          |          |                  |         |             |         |
| Крендель сахарный                                                | 70       | 3,04             | 4,98    | 27,60       | 167,44  |
| Молоко кипяченое                                                 | 180      | 5,80             | 4,99    | 9,59        | 108,00  |
|                                                                  | 250      | 8,84             | 9,97    | 37,19       | 275,44  |
| УЖИН                                                             |          |                  |         |             |         |
| Пудинг манный                                                    | 180      | 1,98             | 5,58    | 36,36       | 203,40  |
| Молоко сгущенное                                                 | 50       | 2,60             | 3,25    | 22,75       | 130,65  |
| Чай с сахаром                                                    | 200      | 0,20             | 0,00    | 11,02       | 43,60   |
| Хлеб пшеничный                                                   | 40       | 3,04             | 0,32    | 19,68       | 94,00   |
|                                                                  | 470      | 7,82             | 9,15    | 89,81       | 471,65  |
|                                                                  | 1900     | 55,23            | 56,77   | 278,20      | 1847,27 |