

директор "Общепит-Юг"

стор "Общепит-Юг"

Полупанов

САД дети до

Наименование блюд

МБДОУ № 92 на 10.10.2023

САН.ДЕТ.ДОШКОЛ.ВОЗРАСТА ОТ 3х ДО 7 ЛЕТ С12-Ч ПРЕБЫВАНИЕМ

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
ЗАВТРАК					
икра свекольная	100	2,01	6,11	9,02	99,11
Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,70	63,00
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	1,02	43,60
Бутерброды с повидлом20/5/15	40	0,85	3,62	19,25	113,02
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
	410	10,42	14,57	54,75	389,23
ЗАВТРАК 2					
плоды свежие (апельсины,бананы,яблokit.д)	100	1,50	0,50	21,03	95,00
	100	1,50	0,50	21,03	95,00
ОБЕД					
Суп картофельный с рыбой	200	4,94	3,10	9,10	84,06
Картофель отварной	130	2,57	6,36	11,44	113,27
Тефтели мясные	80	1,62	9,02	28,40	201,21
Овощи натуральные соленные(огурцы)	50	0,65	0,50	3,35	20,95
Кисель из сока плодово-ягодного+вит.С	200	0,06	0,06	22,20	89,48
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	720	14,10	19,64	99,27	631,67
ПОЛДНИК					
Сырники из творога запеченные с соусом молочным100/73	173	4,20	9,20	15,70	162,39
Кисломолочные напитки(кефир,ряженка,снежок)	180	5,94	4,79	10,26	107,89
	453	10,14	13,99	25,96	270,28
УЖИН					
Каша манная молочная жидкая	180	4,50	6,21	23,78	169,00
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	11,02	43,60
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Бутерброды с маслом 22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51
	450	9,62	11,39	65,48	397,11
итого по меню	2033	45,78	60,09	266,49	1783,29