

УТВЕРЖДАЮ
директор "Общепит-Юг"

Полупанов С.Н.

МЕНЮ
МБДОУ № 92 на 06.09.2022г.

САД дети дошкольного возраста от 3х до 7 лет с12-ч пребыванием

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
ЗАВТРАК					
Каша "Дружба"(пшено.рис) молочная	170	2,04	3,74	24,14	138,36
Какао с молоком	200	2,30	1,78	17,44	94,98
Бутерброды с сыром 15/5/15	35	3,68	6,60	6,63	100,65
	405	8,02	12,12	48,21	333,99
ЗАВТРАК 2					
Фрукты свежие(яблоки,бананы,апельсины)	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
Тефтели мясные	80	10,22	15,42	24,46	278,26
Картофельное пюре	130	2,82	3,35	13,61	95,91
Салат из свежих помидоров и огурцов	60	1,01	7,79	3,05	86,18
Компот из сушеных фруктов+вит.С	200	0,08	0,00	14,60	55,58
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	730	23,33	30,26	89,60	722,69
ПОЛДНИК					
Вареники ленивые со сметанным соусом100/73	173	10,20	8,20	10,20	155,39
Кефир,	180	5,80	5,00	8,00	106,00
	353	16,00	13,20	18,20	261,39
УЖИН					
Котлеты капустные(с сливочным маслом)195/5	200	2,24	3,98	42,46	214,62
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
	470	7,36	9,16	84,16	442,73
Итого по меню	2058	56,21	65,24	261,30	1855,80