

УТВЕРЖДАЮ
директор "Общепит-Юг"

Полупанов С.Н.



МЕНЮ
МБДОУ №

на 30.08.2021
92

САД дети дошкольного возраста от 3х- до 8 лет С12-ч пребыванием

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность			
		Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ккал
ЗАВТРАК					
Макаронные изделия отварные	150	2,76	0,18	23,54	88,78
Чай с лимоном	200/15/8	0,26	0,00	15,20	60,00
Бутерброды с маслом	30/22/8	1,56	4,24	10,70	87,18
Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,70	63,00
Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,80
	440	10,98	9,26	56,81	333,76
ЗАВТРАК 2					
Соки фруктовые	200	1,00	0,00	20,20	84,44
	200	1,00	0,00	2,20	84,40
ОБЕД					
Борщ с капустой и картофелем на кур./б	200	3,64	4,78	10,40	95,78
Плов из отварной птицы	200	13,20	24,80	10,40	312,20
салат из свежих огурцов	60	0,60	3,30	1,56	38,34
Кисель из яблок+витС	180/18	0,07	0,07	13,64	59,09
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
	700	21,77	33,55	60,42	628,31
ПОЛДНИК					
Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом	70	3,50	3,04	33,60	175,80
Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,64	97,20
	250	8,72	7,54	42,24	273,00
УЖИН					
Каша гречневая вязкая молочная	210	6,01	4,54	38,66	219,49
Кофейный напиток с молоком	200/10	3,60	3,22	15,52	104,30
Бутерброды с повидлом	40/5/15	0,85	3,62	19,25	113,02
	450	10,46	11,38	73,43	436,81
ИТОГО ПО МЕНЮ	2040	54,55	61,64	244,95	1726,55