

УТВЕРЖДАЮ
Директор

" " _____

Меню
МБДОУ ДС с. Матвеевка
КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак 3 день (Льготный 1-3 лет) (45,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша манная молочная жидкая	140	0,00р.	4,19	6,62	21,93	164,06
Сыр полутвердый (порциями)	10	0,00р.	2,44	2,95	0,00	36,40
Хлеб пшеничный	20	0,00р.	1,58	0,20	9,66	46,76
Какао с молоком	150	0,00р.	1,90	1,91	6,06	49,06
Итого:		0,00р.	10,11	11,68	37,65	296,28

Завтрак 3 день (Общий 1-3 лет) (45,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша манная молочная жидкая	140	0,00р.	4,19	6,62	21,93	164,06
Сыр полутвердый (порциями)	10	0,00р.	2,44	2,95	0,00	36,40
Какао с молоком	150	0,00р.	1,90	1,91	6,06	49,06
Хлеб пшеничный	20	0,00р.	1,58	0,20	9,66	46,76
Итого:		0,00р.	10,11	11,68	37,65	296,28

Завтрак 3 день (Общий 3-7 лет) (54,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша манная молочная жидкая	160	0,00р.	4,79	7,57	25,06	187,50
Сыр полутвердый (порциями)	10	0,00р.	2,44	2,95	0,00	36,40
Какао с молоком	180	0,00р.	2,28	2,30	7,28	58,87
Хлеб пшеничный	20	0,00р.	1,58	0,20	9,66	46,76
Итого:		0,00р.	11,08	13,01	42,00	329,52

Завтрак 3 день (Льготный 3-7 лет) (54,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша манная молочная жидкая	160	0,00р.	4,79	7,57	25,06	187,50
Сыр полутвердый (порциями)	10	0,00р.	2,44	2,95	0,00	36,40
Какао с молоком	180	0,00р.	2,28	2,30	7,28	58,87
Хлеб пшеничный	20	0,00р.	1,58	0,20	9,66	46,76
Итого:		0,00р.	11,08	13,01	42,00	329,52

Обед 3 день (Льготный 1-3 лет) (105,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат "Витаминный"	40	0,00р.	0,46	1,27	4,24	30,23
Свекольник	160	0,00р.	1,55	2,78	10,63	73,67
Плов из отварной курицы	160	0,00р.	14,62	4,54	27,85	210,67
Компот из смеси сухофруктов	180	0,00р.	0,41	0,00	14,54	59,78
Хлеб пшеничный	20	0,00р.	1,58	0,20	9,66	46,76
Хлеб ржано-пшеничный	40	0,00р.	2,24	0,44	19,76	91,60
Итого:		0,00р.	20,86	9,23	86,69	512,71

Обед 3 день (Общий 1-3 лет) (105,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат "Витаминный"	40	0,00р.	0,46	1,27	4,24	30,23
Свекольник	160	0,00р.	1,55	2,78	10,63	73,67
Плов из отварной курицы	160	0,00р.	14,62	4,54	27,85	210,67
Компот из смеси сухофруктов	180	0,00р.	0,41	0,00	14,54	59,78
Хлеб пшеничный	20	0,00р.	1,58	0,20	9,66	46,76
Хлеб ржано-пшеничный	40	0,00р.	2,24	0,44	19,76	91,60
Итого:		0,00р.	20,86	9,23	86,69	512,71

Обед 3 день (Общий 3-7 лет) (110,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат "Витаминный"	40	0,00р.	0,46	1,27	4,24	30,23
Свекольник	180	0,00р.	1,74	3,13	11,96	82,87
Плов из отварной курицы	200	0,00р.	18,28	5,67	34,82	263,34
Компот из смеси сухофруктов	200	0,00р.	0,46	0,00	22,69	92,56
Хлеб пшеничный	20	0,00р.	1,58	0,20	9,66	46,76
Хлеб ржано-пшеничный	40	0,00р.	2,24	0,44	19,76	91,60
Итого:		0,00р.	24,76	10,71	103,13	607,36

Обед 3 день (Льготный 3-7 лет) (110,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат "Витаминный"	40	0,00р.	0,46	1,27	4,24	30,23
Свекольник	180	0,00р.	1,74	3,13	11,96	82,87
Плов из отварной курицы	200	0,00р.	18,28	5,67	34,82	263,34
Компот из смеси сухофруктов	200	0,00р.	0,46	0,00	22,69	92,56
Хлеб пшеничный	20	0,00р.	1,58	0,20	9,66	46,76
Хлеб ржано-пшеничный	40	0,00р.	2,24	0,44	19,76	91,60
Итого:		0,00р.	24,76	10,71	103,13	607,36

Полдник 3 день (Льготный 1-3 лет) (43,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сырники из творога	60	0,00р.	12,95	6,95	8,36	141,80
Молоко сгущенное жирностью 8,5%	10	0,00р.	0,72	0,85	5,55	32,73
Чай с сахаром	180	0,00р.	0,06	0,02	6,19	25,12
Итого:		0,00р.	13,73	7,82	20,10	199,65

Полдник 3 день (Общий 1-3 лет) (43,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сырники из творога	60	0,00р.	12,95	6,95	8,36	141,80
Чай с сахаром	180	0,00р.	0,06	0,02	6,19	25,12
Чай с сахаром	180	0,00р.	0,06	0,02	6,19	25,12
Итого:		0,00р.	13,07	6,98	20,73	192,03

Полдник 3 день (Общий 3-7 лет) (50,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сырники из творога	60	0,00р.	12,95	6,95	8,36	141,80
Молоко сгущенное жирностью 8,5%	10	0,00р.	0,72	0,85	5,55	32,73
Чай с сахаром	200	0,00р.	0,07	0,02	6,87	27,91
Итого:		0,00р.	13,74	7,82	20,79	202,44

Полдник 3 день (Льготный 3-7 лет) (50,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сырники из творога	60	0,00р.	12,95	6,95	8,36	141,80
Чай с сахаром	200	0,00р.	0,07	0,02	6,87	27,91
Молоко сгущенное жирностью 8,5%	10	0,00р.	0,72	0,85	5,55	32,73
Итого:		0,00р.	13,74	7,82	20,79	202,44

Завтрак второй 3 день (Льготный 1-3 лет) (17,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сок из фруктов и (или) овощей	140	0,00р.	0,14	0,00	16,24	66,78
Сок из фруктов и (или) овощей	140	0,00р.	0,14	0,00	16,24	66,78
Итого:		0,00р.	0,28	0,00	32,48	133,56

Завтрак второй 3 день (Общий 1-3 лет) (17,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сок из фруктов и (или) овощей	140	0,00р.	0,14	0,00	16,24	66,78
Итого:		0,00р.	0,14	0,00	16,24	66,78

Завтрак второй 3 день (Общий 3-7 лет) (20,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сок из фруктов и (или) овощей	170	0,00р.	0,17	0,00	19,72	81,09
Итого:		0,00р.	0,17	0,00	19,72	81,09

Завтрак второй 3 день (Льготный 3-7 лет) (20,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Сок из фруктов и (или) овощей	170	0,00р.	0,17	0,00	19,72	81,09
Итого:		0,00р.	0,17	0,00	19,72	81,09

Ужин 3 день (Общий 3-7 лет) (23,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Макаронные изделия отварные с морковью и луком	140	0,00р.	4,62	3,57	28,76	165,65
Чай с сахаром	180	0,00р.	0,06	0,02	6,19	25,12
Хлеб пшеничный	20	0,00р.	1,58	0,20	9,66	46,76
Итого:		0,00р.	6,25	3,78	44,61	237,53

Повар _____

Кладовщик _____

Зав столовой _____