

УТВЕРЖДАЮ
Директор

" " _____

Меню
МБДОУ ДС с. Матвеевка
КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак 8 день (Льготный 1-3 лет) (43,87 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молочная жидкая	140	0,00р.	4,80	6,59	18,82	153,75
Сыр полутвердый (порциями)	10	0,00р.	2,44	2,95	0,00	36,40
Чай с молоком и сахаром	180	0,00р.	1,53	1,62	6,61	47,12
Хлеб пшеничный	40	0,00р.	3,16	0,40	19,32	93,52
Итого:		0,00р.	11,93	11,56	44,75	330,80

Завтрак 8 день (Общий 1-3 лет) (43,87 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молочная жидкая	140	0,00р.	4,80	6,59	18,82	153,75
Сыр полутвердый (порциями)	10	0,00р.	2,44	2,95	0,00	36,40
Чай с молоком и сахаром	180	0,00р.	1,53	1,62	6,61	47,12
Хлеб пшеничный	40	0,00р.	3,16	0,40	19,32	93,52
Итого:		0,00р.	11,93	11,56	44,75	330,80

Завтрак 8 день (Общий 3-7 лет) (50,17 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молочная жидкая	180	0,00р.	6,17	8,47	24,20	197,68
Сыр полутвердый (порциями)	15	0,00р.	3,66	4,43	0,00	54,60
Чай с молоком и сахаром	200	0,00р.	1,70	1,80	7,34	52,36
Хлеб пшеничный	40	0,00р.	3,16	0,40	19,32	93,52
Итого:		0,00р.	14,69	15,09	50,86	398,16

Завтрак 8 день (Льготный 3-7 лет) (50,17 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молочная жидкая	180	0,00р.	6,17	8,47	24,20	197,68
Сыр полутвердый (порциями)	15	0,00р.	3,66	4,43	0,00	54,60
Чай с молоком и сахаром	200	0,00р.	1,70	1,80	7,34	52,36
Хлеб пшеничный	40	0,00р.	3,16	0,40	19,32	93,52
Итого:		0,00р.	14,69	15,09	50,86	398,16

Обед 8 день (Льготный 1-3 лет) (79,53 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Плов из отварной курицы	160	0,00р.	14,62	4,54	27,85	210,67
Салат картофельный с зеленым горохом, луком и яйцом	40	0,00р.	1,28	4,61	4,44	64,41
Суп картофельный с клецками	160	0,00р.	1,39	3,00	9,64	71,12
Компот из кураги	180	0,00р.	1,17	0,07	17,65	75,88
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.	22,28	12,86	89,01	560,45

Обед 8 день (Общий 1-3 лет) (79,53 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Плов из отварной курицы	160	0,00р.	14,62	4,54	27,85	210,67
Салат картофельный с зеленым горохом, луком и яйцом	40	0,00р.	1,28	4,61	4,44	64,41
Суп картофельный с клёцками	160	0,00р.	1,39	3,00	9,64	71,12
Компот из кураги	180	0,00р.	1,17	0,07	17,65	75,88
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.	22,28	12,86	89,01	560,45

Обед 8 день (Общий 3-7 лет) (90,39 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Плов из отварной курицы	200	0,00р.	18,28	5,67	34,82	263,34
Салат картофельный с зеленым горохом, луком и яйцом	40	0,00р.	1,28	4,61	4,44	64,41
Суп картофельный с клёцками	180	0,00р.	1,56	3,38	10,84	80,01
Компот из кураги	180	0,00р.	1,17	0,07	17,65	75,88
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.	26,11	14,37	97,17	622,01

Обед 8 день (Льготный 3-7 лет) (90,39 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Плов из отварной курицы	200	0,00р.	18,28	5,67	34,82	263,34
Салат картофельный с зеленым горохом, луком и яйцом	40	0,00р.	1,28	4,61	4,44	64,41
Суп картофельный с клёцками	180	0,00р.	1,56	3,38	10,84	80,01
Компот из кураги	180	0,00р.	1,17	0,07	17,65	75,88
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.	26,11	14,37	97,17	622,01

Полдник 8 день (Льготный 1-3 лет) (35,10 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Чай с лимоном и сахаром	180	0,00р.	0,16	0,03	6,40	26,56
Хлеб пшеничный	20	0,00р.	1,58	0,20	9,66	46,76
Омлет натуральный	140	0,00р.	12,55	21,68	3,17	257,95
Итого:		0,00р.	14,29	21,91	19,23	331,27

Полдник 8 день (Общий 1-3 лет) (35,10 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Хлеб пшеничный	20	0,00р.	1,58	0,20	9,66	46,76
Чай с лимоном и сахаром	180	0,00р.	0,16	0,03	6,40	26,56
Омлет натуральный	140	0,00р.	12,55	21,68	3,17	257,95
Итого:		0,00р.	14,29	21,91	19,23	331,27

Полдник 8 день (Общий 3-7 лет) (40,14 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Хлеб пшеничный	15	0,00р.	1,19	0,15	7,25	35,07
Чай с лимоном и сахаром	180	0,00р.	0,16	0,03	6,40	26,56
Омлет натуральный	140	0,00р.	12,55	21,68	3,17	257,95
Итого:		0,00р.	13,89	21,86	16,82	319,58

Полдник 8 день (Льготный 3-7 лет) (40,14 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Хлеб пшеничный	20	0,00р.	1,58	0,20	9,66	46,76
Чай с лимоном и сахаром	180	0,00р.	0,16	0,03	6,40	26,56
Омлет натуральный	140	0,00р.	12,55	21,68	3,17	257,95
Итого:		0,00р.	14,29	21,91	19,23	331,27

Ужин 8 день (Общий 3-7 лет) (22,50 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Напиток из ягод	180	0,00р.	0,14	0,07	7,52	32,80
Хлеб пшеничный	20	0,00р.	1,58	0,20	9,66	46,76
Капуста тушёная с мясом	180	0,00р.	10,88	13,17	10,27	203,25
Итого:		0,00р.	12,60	13,45	27,46	282,81