

ООО "Феникс"

Меню на 04.04.2024 года

Согласовано:



МАДОУ "Детский сад №85"(1-3 лет)

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность (ккал)	Вит. С	N рецеп
		Б	Ж	У			
Завтрак							
Каша пшеничная молочная жидкая	140	5,222	4,648	25,383	164,369	0,91	№ 229 П 18
Варенье, джем, повидло (порциями)	5	0,02	0,015	3,409	13,845		№ 84 П18
Батон нарезной	25	1,875	0,725	12,85	65,5		№ 117 П13
Чай с молоком (вариант 2)	180	1,35	1,17	15,663	78,313	1,17	№ 507 П13
Итого за завтрак	350	8,467	6,558	57,305	322,027	2,08	
Второй завтрак							
Соки овощные, фруктовые или ягодные	100	0,5	0,1	10,097	42,987	1,999	№ 498 П18
Итого за второй завтрак	100	0,5	0,1	10,097	42,987	1,999	
Обед							
Суп из овощей	150	1,035	2,715	5,37	49,95	5,31	№ 114 П18
Сметана	5	0,119	0,75	0,162	7,875	0,01	№ 434 П18
Рис отварной	110	2,762	3,983	28,5	160,879		№ 384 П18
Соус молочный к блюдам (2-й вариант)	20	0,792	1,668	1,587	24,54	0,147	№ 403 П18
Рыбные хлебцы паровые (горбуша)	60	8,52	2,82	2,58	69,6	0,18	№ 303 п18
Компот из свежих плодов или ягод	150	0,15	0,15	13,2	54	0,825	№ 484 п18
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47		№ 114 п13
Хлеб ржаной	20	1,319	0,24	6,793	36,164		№ 116 П13
Итого за обед	535	16,217	12,486	68,032	450,008	6,472	
Полдник							
Молоко кипяченое	180	4,948	4,498	7,737	91,763	1,17	№ 467 П18
Шанежка наливная	50	3,8	3,4	20,9	130		№ 535 П18
Итого за полдник	230	8,748	7,898	28,637	221,763	1,17	
Ужин							
Салат из моркови с курагой	40	0,64	0,04	6,037	27,187	1,439	№ 28 П13
Пудинг из творога паровой	130	22,44	6,151	29,544	263,386	0,26	№ 282 П18
Соус яблочный	30	0,027	0,027	4,752	19,35	0,189	№ 438 П21
Компот из смеси сухофруктов	180	0,63	0,09	24,65	102,56	0,18	№ 492 П18
Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,5		№ 114 п13
Хлеб ржаной	20	1,319	0,24	6,793	36,164		№ 116 П13
Итого за ужин	410	25,816	6,628	76,696	472,147	2,068	
Итого за день	1 625	59,748	33,67	240,767	1 508,932	13,789	

Директор

Галкина А.А.

