

ООО "Феникс"

Меню на 04.04.2024 года



МАДОУ "Детский сад №85"(3-7 лет)

| Наименование блюда                   | Выход блюда  | Пищевые вещества |               |                | Энерг. ценность (ккал) | Вит. С        | N рец      |
|--------------------------------------|--------------|------------------|---------------|----------------|------------------------|---------------|------------|
|                                      |              | Б                | Ж             | У              |                        |               |            |
| <b>Завтрак</b>                       |              |                  |               |                |                        |               |            |
| Каша пшеничная молочная жидкая       | 200          | 7,46             | 6,64          | 36,26          | 234,8                  | 1,3           | № 229 П 18 |
| Варенье, джем, повидло (порциями)    | 10           | 0,04             | 0,03          | 6,82           | 27,7                   |               | № 84 П18   |
| Батон нарезной                       | 25           | 1,875            | 0,725         | 12,85          | 65,5                   |               | № 117 П13  |
| Чай с молоком (вариант 2)            | 200          | 1,5              | 1,3           | 17,4           | 87                     | 1,3           | № 507 П13  |
| <b>Итого за завтрак</b>              | <b>435</b>   | <b>10,875</b>    | <b>8,695</b>  | <b>73,33</b>   | <b>415</b>             | <b>2,6</b>    |            |
| <b>Второй завтрак</b>                |              |                  |               |                |                        |               |            |
| Соки овощные, фруктовые или ягодные  | 100          | 0,5              | 0,1           | 10,097         | 42,987                 | 1,999         | № 498 П18  |
| <b>Итого за второй завтрак</b>       | <b>100</b>   | <b>0,5</b>       | <b>0,1</b>    | <b>10,097</b>  | <b>42,987</b>          | <b>1,999</b>  |            |
| <b>Обед</b>                          |              |                  |               |                |                        |               |            |
| Суп из овощей                        | 200          | 1,38             | 3,62          | 7,16           | 66,6                   | 7,08          | № 114 П18  |
| Сметана                              | 10           | 0,238            | 1,499         | 0,324          | 15,744                 | 0,02          | № 434 П18  |
| Рис отварной                         | 130          | 3,264            | 4,708         | 33,683         | 190,133                |               | № 384 П18  |
| Соус молочный к блюдам (2-й вариант) | 30           | 0,792            | 1,668         | 1,587          | 24,54                  | 0,147         | № 403 П18  |
| Рыбные хлебцы паровые (горбуша)      | 80           | 11,36            | 3,76          | 3,44           | 92,8                   | 0,24          | № 303 п18  |
| Компот из свежих плодов или ягод     | 200          | 0,2              | 0,2           | 17,6           | 72                     | 1,1           | № 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  |
| <b>Итого за обед</b>                 | <b>690</b>   | <b>20,073</b>    | <b>15,855</b> | <b>80,427</b>  | <b>544,981</b>         | <b>8,587</b>  |            |
| <b>Полдник</b>                       |              |                  |               |                |                        |               |            |
| Молоко кипяченое                     | 200          | 5,5              | 5             | 8,6            | 102                    | 1,3           | № 467 П18  |
| Шанежка наливная                     | 50           | 3,8              | 3,4           | 20,9           | 130                    |               | № 535 П18  |
| <b>Итого за полдник</b>              | <b>250</b>   | <b>9,3</b>       | <b>8,4</b>    | <b>29,5</b>    | <b>232</b>             | <b>1,3</b>    |            |
| <b>Ужин</b>                          |              |                  |               |                |                        |               |            |
| Салат из моркови с курагой           | 60           | 0,96             | 0,06          | 9,06           | 40,8                   | 2,16          | № 28 П13   |
| Пудинг из творога паровой            | 150          | 25,9             | 7,1           | 34,1           | 304                    | 0,3           | № 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                       | 20           | 1,52             | 0,16          | 9,84           | 47                     |               | № 114 п13  |
| Хлеб ржаной                          | 30           | 1,98             | 0,36          | 10,2           | 54,3                   |               | № 116 П13  |
| <b>Итого за ужин</b>                 | <b>470</b>   | <b>31,017</b>    | <b>7,797</b>  | <b>92,602</b>  | <b>568,01</b>          | <b>2,829</b>  |            |
| <b>Итого за день</b>                 | <b>1 945</b> | <b>71,765</b>    | <b>40,847</b> | <b>285,956</b> | <b>1 802,978</b>       | <b>17,315</b> |            |

Директор



Галкина А.А.