

ООО "Феникс"

Меню на 18.04.2024 года

Согласовано:



МАДОУ "Детский сад №85"(3-7 лет)

Наименование блюда		Выход блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность (ккал)	Вит. С	N реп
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	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
Итого за завтрак		435	10,875	8,695	73,33	415	2,6	
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	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		№ 115 П13
Итого за обед		690	20,073	15,855	80,427	544,981	8,587	
Полдник								
	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
Итого за полдник		250	9,3	8,4	29,5	232	1,3	
Ужин								
	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		№ 115 П13
Итого за ужин		470	31,017	7,797	92,602	568,01	2,829	
Итого за день		1 945	71,765	40,847	285,956	1 802,978	17,315	

Директор



Галкина А.А.