

Меню 23.01 2025 г



ЗАВЕДУЮЩИЙ МКДОУ-д/с № 10 д.д.саидович

День 9

№ рецепт	Наименование блюда	Выход, г	Категория: дети 3-7 лет				Категория: дети 1-3 лет				
			Пищевые вещества			Эн. ценность, ккал	Пищевые вещества			Эн. ценность, ккал	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
	Завтрак										
182	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/3	6,2	4,9	31,9	195,6	150/3	5,2	4,4	26,7	166,9
1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10	2,2	8,4	14,1	141,1	20/5	1,6	4,2	10,1	84,8
393	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/10/7	0,1	0,0	10,0	41,7	150/7/3	0,1	0,0	7,0	28,8
	Итого за прием пищи:	420	8,5	13,3	56,0	378,4	338	6,9	8,6	43,8	280,5
	II Завтрак										
118	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	100	0,5	0,1	9,8	41,7	100	0,5	0,1	9,8	41,7
	Итого за прием пищи:	100	0,5	0,1	9,8	41,7	100	0,5	0,1	9,8	41,7
	Обед										
134	СВЕКЛА, ГУЩЕНАЯ В СМЕТАНЕ	50	1,0	2,8	5,0	43,4	40	0,8	2,3	4,0	43,2
105	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	180	2,7	3,6	15,8	106,6	150	2,3	3,0	13,2	89,1
309	РАГУ ИЗ ПИЩЕЦЫ	70/130	14,7	17,1	18,3	324,1	50/120	13,2	15,3	16,4	257,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	20	1,5	0,1	10,0	47,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2	20	1,3	0,2	8,5	40,8
390	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	11,2	47,4	150	0,1	0,1	9,3	39,6
	Итого за прием пищи:	670	22,8	24,1	78,1	653,7	550	19,4	21,0	61,4	517,4
	Подшик										
460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	5,5	9,7	39,9	268,6	70	5,5	9,7	39,9	268,6
431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/10/7	0,0	0,0	9,8	40,1	150/7/3	0,0	0,0	6,9	28,2
	Итого за прием пищи:	267	5,5	9,7	49,7	308,7	230	5,5	9,7	46,8	296,8
	Всего за день:		37,3	47,2	193,6	1 356,1		32,1	39,4	161,8	1 136,4

