

Мещеряковский детский сад Буинского муниципального района РТ

**МЕНЮ**

на 30.05.2023

с 12 - часовым пребыванием от 3 до 7 лет

День 2- ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции				Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептов
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
<b>ЗАВТРАК</b>							
Каша полбяная молочная с маслом сливочным	180/3	4,81	7,85	29,38	207,32		ТТК №1Д
Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	106,74	1,43	№397 Дели2010
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/10/5	4,93	7,16	15,49	146,10	0,11	№3 сб дошк2016
Итого:	408	13,41	18,20	60,69	460,16	1,54	
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>							
Фрукты свежие (яблоки, или апельсины, или банан, или мандарин ) Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	№386 СБ дошк2016
Итого:	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
<b>ОБЕД</b>							
Салат из картофеля с солеными огурцами	60	0,73	4,71	5,38	66,84	3,62	№23 сб дошк2016
Борщ со свежей капустой, картофелем на бульоне из птицы, со сметаной	180/7	1,50	4,77	8,11	87,64	7,66	№ 63, сб шк2016
Фрикадельки куриные в молочном соусе	50/25	7,49	8,92	6,45	136,30	0,59	№325, сб шк2023
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	130/3	4,91	3,13	27,60	158,16	0,00	№219 СБ дошк 2016
Кисель	180	0,54	0,09	28,18	115,24	0,99	№ 648, сб шк2004
Булочка дорожная	50	3,39	6,98	21,07	160,50		№ 453 СБ дошк 2016
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	табл 6 стр 134, Дели +
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,82	89,10		144, Дели + 2012
Итого:	755	23,44	29,33	126,90	872,53	12,86	
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>							
<b>Кисломолочный напиток</b>							
Ряженка	180	5,22	4,50	7,56	91,80	0,54	№420 СБ дошк 2016
Запеканка творожная с ягодным соусом	130/20	9,36	10,09	25,31	273,51	0,70	№251, сбдошк 2016
Чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№ 393 Дели2010
Итого:	523	14,70	14,62	39,10	391,79	4,07	
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1786,00</b>	<b>51,95</b>	<b>62,54</b>	<b>236,49</b>	<b>1771,48</b>	<b>28,47</b>	

Заведующий  
Завхоз  
Повар



Г.М.Шакирова  
Э.Р.Хамидуллина  
А.Ф.Аксанова