

Утверждаю заведующий МБДОУ
Черемшанский детский сад №5
« Ландыш »
_____ Никонова И В

Меню 6 день . 2024 год

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
Завтрак	3-7 лет	б	ж	у	Э.ккал	1-3 года	б	ж	у	Э.ккал
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/5	5,19	6,78	24,95	197,44	140/4	3,84	3,06	19,47	123,94
Чай с молоком ,сахаром	180/6	3,03	2,40	10,48	75,76	180\6	3,03	2,40	10,48	75,76
Бутерброд с сыром . маслом сливочным	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77	25/5/5	2,53	5,69	12,92	115,67
Итого:	411	11,83	15,01	50,92	401,97	365	9,40	11,15	42,87	315,7
2-ой завтрак										
Сок(в инд упаковке)	200	1,00		20,20	84,44	200	1,0		20,20	84,44
Итого:	200	1,00		20,20	84,44	200	1,0		20,20	84,44
Обед										
Салат из свежей капусты с морковью	60	1,56	4,43	1,94	53,88	40	1,04	2,95	1,29	35,92
Суп из овощей на курином бульоне ,с мясом птицы со сметаной .	180/10 /7	3,67	6,50	6,87	106,12	150/10 /5	3,42	5,60	5,70	91,45
Котлеты рыбные	70	8,99	4,26	7,82	101,72	50	6,42	3,41	5,58	72,63
Рис отварной рассыпчатой с слив.маслом	130/3	3,14	5,46	32,56	192,01	110/2	2,65	1,77	25,85	134,03
Напиток из сухофруктов	180	0,60	0,65	16,81	71,52	150	0,50	0,07	14,00	60,00
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19	35	2,31	0,42	13,85	60,23
Итого:	625	21,32	21,67	93,64	661,44	652	16,74	14,51	76,08	510,26
Полдник										
Макаронные изделия отварные с сыром	150	10,15	11,94	25,28	250,80	130	8,60	10,35	22,17	217,36
Чай с мармеладом	160/10			19,32	72,89	160/10			19,32	72,89
Фрукты свежие(яблоко)	100	0,40	0,40	0,80	47,00	100	0,40	0,40	0,80	47,00
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,77	70,57	25	1,90	0,20	12,30	
Итого:	420	12,43	11,94	74,84	482,38	325	10,70	10,35	65,95	423,28
ВСЕГО:	1746	46,58	48,61	209,66	1471,54	1542	37,84	36,11	180,64	1200,32

