

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ «Детский сад № 379»
Э.Ф.Галлямшина
«10» января 2024 года

МЕНЮ 4

На «11» января 2023 года



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ «Детский сад № 379»
Э.Ф.Галлямшина
«10» января 2024 год

МЕНЮ

На «11» января 2024 года



п/п	Наименование приема пищи	Сад	Пищевые вещества			Энерг.	Витамины
		10,5 час.	белки	жиры	углеводы	цен	
ЗАВТРАК							
		выход				Ккал	С
1	Каша пшеничная молочная с маслом	200/5	8	6,6	26	195,4	
2	Кофейный напиток с молоком	180	1,22	1,34	11,94	65	
3	Бутерброд с сыром, маслом	30/7/3	4,8	7,2	15,4	146	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Фрукты	100	0,3	0,43	14	61	
ОБЕД							
1	Салат "Пестрый"	50	0,5	2,25	4,8	42	
2	Щи со свеж. капустой, картоф.на м/б и сметаной	200/5	4,6	8	17	158,5	
3	Жаркое по- домашнему из отварной говядины	180	10	9,5	35	266	
4	Компот из сухофруктов	180	0,7	0	18	75	
5	Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
ПОЛДНИК							
1	Вафли	20	0,8	1,7	34	156	
2	Катык	120	3,77	3	5	62,1	
1	Салат из моркови с яблоками	50	0,37	2	4,3	37	
2	Суфле из творога с молоком сгущенным	150/20	9	12,5	24	244,5	
3	Хлеб пшеничный	23	1,8	0,23	11,3	54,5	
4	Напиток шиповника	180/5	0,6	0,3	6,5	31,1	

старшая медсестра :  Мутовкина А.А.

№ п/п	Наименование приема пищи	ЯСЛИ	Пищевые вещества			Энерг.	Витамины
		10,5 час.	белки	жиры	углеводы	цен	
ЗАВТРАК							
		выход				Ккал	С
1	Каша пшеничная молочная с маслом	150/5	5,8	4,5	16,2	128	
2	Кофейный напиток с молоком	165/7	1	1,2	10	55	
3	Бутерброд с сыром, маслом	25/5/3	3,5	5,95	12,9	19,6	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Фрукты	100	0,6	0,43	14	62,3	
ОБЕД							
1	Салат "Пестрый"	30	0,3	1,35	2,9	25	
2	Щи со свеж. капустой, картоф.на м/б и сметаной	150/5	3	6,2	13	120	
3	Жаркое по- домашнему из отварной говядины	150	8,3	8	28,2	218	
4	Компот из сухофруктов	150	0,6	0	15	66	
5	Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	82,5	
ПОЛДНИК							
1	Вафли	20	2,8	5,7	30	182	
2	Катык	110	3	2,7	4,5	54,3	
1	Салат из моркови с яблоками	30	0,2	1	2,5	19,8	
2	Суфле из творога с молоком сгущенным	130/10	7	8	23	192	
3	Хлеб пшеничный	20	0,5	0,25	5,4	25,9	
4	Напиток шиповника	150/4	0,6	0,3	6,5	31,1	

старшая медсестра :  Мутовкина А.А.