



Заведующий МБДОУ № 47  
Кашапова Ф.М.

**МЕНЮ**  
**27 октября**  
**Завтрак :**

| Наименование<br>блюد                            | Масса<br>Порции |       | Пищевые вещества |      |      |      |        |       | Энергетическая<br>ценность |        | Витамин |      |
|-------------------------------------------------|-----------------|-------|------------------|------|------|------|--------|-------|----------------------------|--------|---------|------|
|                                                 | ясли            | сад   | белки            |      | жиры |      | Угл-ды |       | Ккал                       |        | С       |      |
|                                                 |                 |       | я                | с    | я    | с    | я      | с     | ясли                       | сад    | ясли    | сад  |
| Каша пшениная<br>молочная с маслом<br>сливочным | 140/3           | 180/3 | 3,92             | 5,04 | 6,85 | 8,18 | 22,39  | 28,77 | 166,76                     | 208,76 | 0,00    | 0,00 |
| Чай с молоком, с<br>сахаром                     | 180/6           | 180/6 | 2,67             | 2,67 | 2,27 | 2,27 | 10,34  | 10,34 | 72,70                      | 72,70  | 1,20    | 1,20 |
| Бутерброд с маслом<br>сливочным                 | 25/5            | 30/5  | 1,92             | 2,29 | 4,36 | 4,50 | 12,92  | 15,49 | 98,50                      | 111,60 |         |      |

**2-ой Завтрак:**

|     |     |     |      |      |   |   |       |       |       |       |      |      |
|-----|-----|-----|------|------|---|---|-------|-------|-------|-------|------|------|
| Сок | 125 | 180 | 0,63 | 0,90 | 0 | 0 | 12,62 | 18,18 | 52,77 | 76,00 | 2,50 | 3,60 |
|-----|-----|-----|------|------|---|---|-------|-------|-------|-------|------|------|

**Обед:**

|                                                                         |       |       |      |      |      |      |       |       |        |        |      |      |
|-------------------------------------------------------------------------|-------|-------|------|------|------|------|-------|-------|--------|--------|------|------|
| Салат из кукурузы к/с                                                   | 30    | 50    | 0,89 | 1,49 | 1,55 | 2,59 | 1,88  | 3,13  | 25,08  | 41,8   |      |      |
| Рассольник<br>«ленинградский» со<br>сметаной                            | 150/5 | 180/7 | 1,34 | 1,63 | 3,80 | 4,71 | 7,37  | 8,88  | 72,45  | 88,56  |      | 6,16 |
| Тефтели куриные (без<br>риса) запеченные в<br>сметано-томатном<br>соусе | 40/20 | 50/25 | 4,98 | 6,23 | 5,17 | 6,46 | 5,89  | 7,36  | 90,00  | 112,50 | 0,30 | 0,38 |
| Вермишель отварная                                                      | 110   | 130   | 4,15 | 4,90 | 0,49 | 0,58 | 23,41 | 27,66 | 114,62 | 135,46 |      |      |
| Напиток из<br>сухофруктов                                               | 150   | 180   | 0,50 | 0,60 | 0,07 | 0,08 | 17,34 | 20,81 | 73,33  | 68,18  | 0,54 | 0,65 |
| Хлеб ржаной                                                             |       | 45    |      | 2,97 |      | 0,54 |       | 17,82 |        | 89,10  |      |      |
| Хлеб пшеничный                                                          | 35    | 25    | 2,31 | 1,9  | 0,42 | 0,2  | 13,86 | 12,30 | 69,30  | 58,75  |      |      |

**Полдник:**

|                                   |     |     |      |      |      |      |       |       |       |       |      |      |
|-----------------------------------|-----|-----|------|------|------|------|-------|-------|-------|-------|------|------|
| Молоко кипяченое                  | 150 | 180 | 4,58 | 5,22 | 4,08 | 4,50 | 7,58  | 8,64  | 85,00 | 96,30 | 1,95 | 2,34 |
| Кондитерское изделие<br>(печенье) | 20  | 20  | 1,28 | 1,28 | 3,36 | 3,36 | 13,70 | 13,70 | 90,20 | 90,20 | 0    | 0    |

**Ужин:**

|                                          |        |        |       |       |       |       |       |       |        |        |    |    |
|------------------------------------------|--------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|----|----|
| Сырники творожные с<br>молоком сгущенным | 100/20 | 120/30 | 20,18 | 23,92 | 17,90 | 21,47 | 22,92 | 25,23 | 334,00 | 390,40 |    |    |
| Напиток из шиповника                     | 150/5  | 180/6  | 0,50  | 0,61  | 0,20  | 0,25  | 12,23 | 18,68 | 52,50  | 79,38  | 75 | 90 |