-

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ «Улыбка»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_Венгерова Н.В.

Дата:

Меню 2 д. 

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Выход** | | **Белки** | | **Жиры** | | **Углеводы** | | **Ккал** | |
|  | **ясли** | **сад** | **ясли** | **сад** | **ясли** | **сад** | **ясли** | **сад** | **ясли** | **сад** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | |
| **Суп молочный с крупой манной** | 150 | 180 | 3,9 | 4,68 | 3,81 | 4,57 | 12,32 | 14,784 | 12,32 | 14,784 |
| **Хлеб пшеничный** | 15 | 20 | 1,19 | 1,59 | 0,15 | 0,20 | 7,25 | 9,67 | 35,5 | 47,33 |
| **Кофейный напиток с молоком** | 150 | 180 | 2,38 | 2,856 | 2 | 2,4 | 11,96 | 14,352 | 75,83 | 90,996 |
| **2 Завтрак** | | | | | | | | | | |
| **Фрукты свежие-апельсин** | 60 | 80 | 0,47 | 0,63 | 0,1 | 0,13 | 11,73 | 15,64 | 49,5 | 66 |
| **Обед** | | | | | | | | | | |
| **Салат из свеклы с зеленым горошком** | 40 | 50 | 0,67 | 0,837 | 1,67 | 2,08 | 3,27 | 4,08 | 30,84 | 38,55 |
| **Суп картофельный с крупой** | 150 | 180 | 1,6 | 1,92 | 1,68 | 2,016 | 10,28 | 12,336 | 62,7 | 75,24 |
| **Котлеты рубленые из говядины.** | 60\5 | 80\5 | 9,33 | 12,20 | 7,07 | 9,25 | 9,42 | 12,32 | 137,25 | 179,48 |
| **Макаронные изделия отварные** | 100 | 120 | 3,84 | 4,60 | 0,55 | 0,66 | 20,76 | 24,91 | 103,4 | 124,08 |
| **Хлеб ржаной** | 30 | 40 | 1,98 | 2,64 | 1,03 | 1,37 | 10,02 | 13,36 | 52,2 | 69,6 |
| **Хлеб пшеничный** | 20 | 30 | 1,59 | 2,39 | 0,2 | 0,3 | 9,7 | 14,55 | 70,95 | 52,2 |
| **Компот из яблок** | 150 | 180 | 0,12 | 0,144 | 0,12 | 0,144 | 20,91 | 25,09 | 85,95 | 103,14 |
| **Полдник** | | | | | | | | | | |
| **Картофельные оладьи с сыром и с соусом молочным** | 100/15 | 150/30 | 5,4 | 8,45 | 9,17 | 14,35 | 16,12 | 25,23 | 169 | 264,52 |
| **Чай с лимоном** | 150/7 | 180\10 | 0,07 | 0,084 | 0,01 | 0,012 | 7,1 | 8,52 | 29 | 34,8 |
| **Хлеб пшеничный** | 15 | 20 | 1,19 | 1,59 | 0,15 | 0,2 | 7,25 | 9,67 | 35,5 | 47,33 |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ** | 1210 | 1525 | 33,73 | 44,61 | 27,72 | 37,71 | 158,1 | 204,53 | 926,29 | 1226,81 |
| **Медсестра Крючко И.В.** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Повар Пенковская Е.М.** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |