

СП «Детский сад №2 «Улыбка»» МБДОУ "Детский сад "Радуга" комбинированного вида"
 Утверждаю: _____ Заведующий Лобанова О.А.

Меню на 20.05.2024

| Наименование блюда | Выход блюд (в гр.) | | Пищевая ценность | | | | Пищевая ценность | | |
|------------------------------------|-----------------------|--------|------------------|-------|--------------|--------------|------------------|-------|--------------|
| | Ясли | Сад | Ясли | | | | Сад | | |
| | | | Белки | Жиры | Углевод ы | Эц (ккал) | Белки | Жиры | Угле воды |
| 1 завтрак | | | | | | | | | |
| Каша манная молочная | 140 | 160 | 3,94 | 0,43 | 27,95 | 131,7 | 5,25 | 0,58 | 37,27 |
| Хлеб пшеничный с маслом | 5/30 | 5/40 | 3,15 | 2,72 | 12,96 | 3,67 | 3,49 | 15,82 | 107,0 |
| Кофейный напиток с молоком | 180 | 200 | 2,85 | 2,41 | 14,36 | 91,0 | 2,85 | 2,41 | 14,36 |
| Обед | | | | | | | | | |
| Щи на к/б со сметаной | 150 | 180 | 1,04 | 2,93 | 5,08 | 50,85 | 1,39 | 3,90 | 6,78 |
| Плов с мясом кур | 160 | 210 | 16,0 | 14,78 | 26,76 | 304,0 | 21,47 | 19,69 | 35,69 |
| Хлеб ржаной | 40 | 50 | 3,20 | 2,08 | 27,64 | 145,6 | 4,0 | 2,6 | 34,35 |
| Чай сладкий | 180 | 200 | 0,06 | 0,02 | 9,99 | 40,0 | 0,06 | 0,02 | 9,99 |
| Полдник | | | | | | | | | |
| Творожная запеканка со сметаной | 150/30 | 150/40 | 17,54 | 12,05 | 17,15 | 247,0 | 22,8 | 15,66 | 22,29 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 0,29 | 1,85 | 1,11 | 22,26 | 0,49 | 3,07 | 1,85 |
| Компот из сухофруктов | 180 | 200 | 3,15 | 2,72 | 12,96 | 89,0 | 3,67 | 3,19 | 15,82 |
| Ужин | | | | | | | | | |
| Чай с молоком | 180 | 200 | 2,65 | 2,33 | 11,31 | 77,0 | 2,67 | 2,34 | 14,31 |
| Крендель сахарный | 50 | 70 | 4,88 | 2,75 | 30,72 | 166,4 | 6,1 | 3,43 | 38,4 |