

МДОУ «Сысоевский детский сад»

Меню на 6 сентября 2022 г. Детям- с 3 до 7 лет.

**Вторник**

Приём Пищи	Наименование Блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энерг. цен ность (ккал)	Вита мин С	№ Тех. карты
			Белк и	Жиры	Угле воды			
<b>Завтрак</b>	Суп молочный с крупой (пшено)	200	5,76	6,64	19,28	160		№ 161
	Какао на молоке	180	5,58	5,76	20,12	152,04	0,97	№ 117a
	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	21,87	71,4		№ 1
	Сыр порционный	20	4,64	5,9		72	0,14	№ 7
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>445</b>	<b>19,4</b>	<b>18,66</b>	<b>61,27</b>	<b>455,44</b>	<b>1,11</b>	
<b>Обед</b>	Борщ из свежей капусты картофельный, с мясом говядины со сметаной	200	5,79	9,61	13,1	162,08		№ 57
	Биточки рыбные	70	10,0 9	3,26	6,79	97	0,24	№ 255
	Бобовые (горох отварной).	150	14,1	6,9	34,95	244,88		№ 270
	Компот из свежих фруктов	180	5,98	6,98	16,07	62,44	2,9	№ 124
	Хлеб ржаной	30	2,19	0,33	12,51	63,6		№ 1
	<b>Итого за обед</b>	<b>630</b>	<b>38,1 5</b>	<b>27,08</b>	<b>83,42</b>	<b>630</b>	<b>3,14</b>	
<b>Полдник</b>	Вареники ленивые со сгущённым молоком	70 10	9,8 0,72	7,93 0,85	9,91 5,6	154,3 32,9		№ 230
	Сок яблочный	180	0,9	0,18	18,18	82,8	3,6	№ 130
	<b>Итого за полдник</b>	<b>260</b>	<b>11,4 2</b>	<b>8,96</b>	<b>33,69</b>	<b>270</b>	<b>3,6</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1335</b>	<b>68,9 7</b>	<b>54,7</b>	<b>178,3 8</b>	<b>1353,44</b>	<b>7,85</b>	

**Меню на 6 сентября 2022 г. Детям- от 1,5 до 3 лет.**

**Вторник**

Приём Пищи	Наименование Блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энерг. цен ность (ккал)	Вита мин С	№ Тех. карты
			Белк и	Жиры	Угле воды			
<b>Завтрак</b>	Суп молочный с крупой (пшено)	150	4,32	4,98	14,46	120		№ 161
	Какао на молоке	150	4,65	4,8	16,77	127,37	0,81	№ 117а
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,4		№ 1
	Сыр порционный	15	3,48	4,43		54	0,11	№ 7
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>345</b>	<b>14,7 3</b>	<b>14,45</b>	<b>45,81</b>	<b>372,77</b>	<b>0,92</b>	
<b>Обед</b>	Борщ из свежей капусты картофельный, с мясом говядины со сметаной	150	5,2	7,63	9,74	128,46	7,71	№ 57
	Биточки рыбные	60	7,61	2,45	5,33	74	0,18	№ 255
	Бобовые отварные (горох).	130/5	12,7 4	1,3	30,29	185,9		№ 270
	Компот из свежих фруктов	150	4,82	5,82	13,39	52,03	2,4	№ 124
	Хлеб ржаной	30	2,19	0,33	12,51	63,6		№ 1
	<b>Итого за обед</b>	<b>525</b>	<b>32,5 6</b>	<b>17,53</b>	<b>71,26</b>	<b>503,99</b>	<b>10,29</b>	
<b>Полдник</b>	Вареники ленивые со сгущённым молоком	130 15	18,2 1,08	14,68 1,27	18,2 8,4	284,7 49,35	0,15	№ 230
	Сок фруктовый	150	0,75	0,15	15,13	69	3	№ 130
	<b>Итого за полдник</b>	<b>295</b>	<b>20,0 3</b>	<b>16,1</b>	<b>41,73</b>	<b>403,05</b>	<b>3,15</b>	
	<b>Итого за день</b>	<b>1165</b>	<b>67,3 2</b>	<b>48,08</b>	<b>158,8</b>	<b>1279,81</b>	<b>14,36</b>	