

МДОУ «Сысоевский детский сад»

Меню на 9 сентября 2022 г. Детям- с 3 до 7 лет.

Пятница

Приём Пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энерг. цен ность (ккал)	Вита мин С	№ Тех. карты
			Белк и	Жиры	Угле воды			
Завтрак	Вермишель отварная	200	5,75	5,2	18,83	162,76	0,9	№ 93
	Какао на молоке	180	5,58	5,76	20,12	152,84	0,97	№ 117а
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,4		№ 1
	Яйцо варёное	40	5,08	4,6	0,28	63		№ 213
	Итого за завтрак	450	18,6 9	15,8	53,81	450	1,87	
Обед	Суп крестьянский со сметаной, с мясом курицы	200	5,88	7,12	12,56	111,3		№ 37
	Биточки манные с повидлом яблочным	150 20	7,68 -	5,78 -	40,84 12,2	246 48,8	0,52 0,1	№ 198
	Компот из сухофруктов	180	0,94	-	24,26	96,7	0,72	№ 122
	Хлеб ржаной	60	4,38	0,66	25,02	127,2		№ 1
	Итого за обед	610	18,8 8	13,56	114,8 8	630	1,34	
	Печенье	90	6,39	4,59	46,17	187,2		Т.Т.Н.
	Сок фруктовый	180	0,9	0,18	18,18	82,8	3,6	№ 130
	Итого за полдник	270	7,29	4,77	64,35	270	3,6	
Итого за день		1330	44,8 6	34,13	233,0 4	1350	6,81	

Меню на 9 сентября 2022 г. Детям- от 1,5 до 3 лет.

Пятница

Приём Пищи	Наименование Блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энерг. цен ность (ккал)	Вита мин С	№ Тех. карты
			Белк и	Жиры	Угле воды			
Завтрак	Вермишель отварная	150	4,3	3,5	14,12	108	0,66	№ 93
	Какао на молоке	150	4,65	4,8	16,77	127,37	0,81	№ 117a
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,4		№ 1
	Яйцо варёное	40	5,08	4,6	0,28	63		№ 213
	Итого за завтрак	370	16,3 1	13,14	45,75	369,77	1,47	
Обед	Суп крестьянский со сметаной, с мясом курицы	160	5,27	6,05	10,74	131,65	5,66	№ 37
	Биточки манные с повидлом яблочным	120 15	6,04 -	4,56 -	32,32 9,15	194 36,6	0,39	№ 198
	Компот из сухофруктов	150	0,78	-	20,22	80,58	0,6	№ 122
	Хлеб ржаной	30	1,56	0,36	13,29	64,2		№ 1
	Итого за обед	475	13,6 5	10,97	85,72	507,03	6,65	
	Печенье	45	3,19	2,29	23,08	126		Т.т.н.
	Сок фруктовый	150	0,75	0,15	15,13	69	3	№ 130
	Итого за полдник	195	3,94	2,44	38,21	195	3	
Итого за день		1040	33,9	26,55	169,6 8	1071,8	11,12	