

МЕНЮ на "16" июля 2024 г.

по МБДОУ «Детский сад № 74 «Родничок»

Завтрак	Сад					ясли			
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У
Каша жидкая пшеничная с маслом	180/5	4,12	5,45	23,58	159,93	160/3	3,63	4,8	20,77
Бутерброд с сыром	40/14,3/ 5	5,80	7,65	17,70	162,36	30/10/3	4,32	6,11	12,94
Кофейный напиток с молоком	180	2,8	2,41	12,75	84,0	160	2,51	2,13	11,33
<i>Итого</i>	424,3	12,7	15,5	54,0	406,3	366	10,5	13,0	45,0
2 завтрак	Сад					ясли			
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У
Фрукты свежие (груша)	190	0,76	0,57	19,57	89,3	150	0,6	0,45	15,45
<i>Итого</i>	190	0,8	0,6	19,6	89,3	150	0,6	0,5	15,5
Обед	Сад					ясли			
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У
Икра свекольная	50	1,17	2,3	6,2	50,05	30	0,7	1,38	3,7
Щи из свежей капусты с картофелем на м/к бульоне со сметаной	180/8	7,48	5,68	11,61	130,68	150/5	6,24	4,74	9,65
Шницель рубленый	70	10,9	7,0	11,0	160,12	50	7,92	5,89	8
Каша рисовая рассыпчатая	130	3,12	5,2	31,85	189,8	110	2,64	4,4	26,95
Компот из свежих плодов (груш)	180	0,14	0,14	21,6	88,2	150	0,13	0,13	13,77
Хлеб ржано-пшеничный	39	2,6	0,38	15,68	74,15	30	2	0,3	12,06
<i>Проведена витаминизация 3 блюда витамином С</i>	657	25,4	20,7	97,9	693,0	525	19,6	16,8	74,1
Полдник	Сад					ясли			
	Вес	Б	Ж	У	Калл	Вес	Б	Ж	У
Омлет натуральный с маслом	150	13,5	12,8	10,25	235,5	130	11,7	11,09	8,88
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40	150	0,04	0,01	6,99
Хлеб пшеничный	25,5	2,65	0,15	12,75	84,61	20	1,49	0,09	10
<i>Итого</i>	355,5	16,2	13,0	33,0	360,1	300,0	13,2	11,2	25,9
Итого за день	1627	55	50	205	1549	1341	44	41,5	160,5

Калл
140,91
123,5
74,66
339,1
Калл
70,5
70,5
Калл
30,03
108,93
116,67
160,6
55,46
57,04
528,7
Калл
204,1
28
47,4
279,5
1217,8