

## 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>	<b>424,3</b>	<b>12,7</b>	<b>15,5</b>	<b>54,0</b>	<b>406,3</b>	<b>366</b>	<b>10,5</b>	<b>13,0</b>	<b>45,0</b>
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>	<b>190</b>	<b>0,8</b>	<b>0,6</b>	<b>19,6</b>	<b>89,3</b>	<b>150</b>	<b>0,6</b>	<b>0,5</b>	<b>15,5</b>
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 рубленный	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>	<b>657</b>	<b>25,4</b>	<b>20,7</b>	<b>97,9</b>	<b>693,0</b>	<b>525</b>	<b>19,6</b>	<b>16,8</b>	<b>74,1</b>
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>	<b>355,5</b>	<b>16,2</b>	<b>13,0</b>	<b>33,0</b>	<b>360,1</b>	<b>300,0</b>	<b>13,2</b>	<b>11,2</b>	<b>25,9</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1627</b>	<b>55</b>	<b>50</b>	<b>205</b>	<b>1549</b>	<b>1341</b>	<b>44</b>	<b>41,5</b>	<b>160,5</b>

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