



Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Юринский детский сад «Теремок»
на 10.02.2022г

№ п/п	Наименования блюда	Вес блюда	Б	Ж	У	Э.п
Завтрак						
1.	Каша пшённая мол с мас	150	4,2	5,1	25,2	163,5
2.	Чай с сахаром	150	0,11	0,02	8,5	34,17
3.	Бутер с сыром	30\10	5,8	4,2	22,4	130
2 завтрак						
10:00						
Обед						
1.	Щи со свеж. кап. с кур	150	2,95	3,94	6,87	82,5
2.	Гречка отварная с мас.	100	14,8	14,8	14,8	14,8
3.	Гуляш из курицы	60	8,6	8,25	2	116,8
4	Компот из суш.яб	150	0,4	0	11,7	46,5
5	хлеб ржаной	30	1,2	0,15	7,2	34,05
Полдник						
1.	Яйцо	20	2,55	2,3	0,15	31,5
2.	Хлеб в/с	15	1,2	0,15	7,2	34,05
3.	Чай с лимоном	150			11	43,5

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Юринский детский сад «Теремок»
на 10.02.2022г

№ п/п	Наименования блюда	Вес блюда	Б	Ж	У	Э.п
Завтрак						
1.	Каша пшённая мол с мас	200	5,6	6,8	33,6	218
2.	Чай с сахаром	200	0,14	0,02	11,34	45,56
3.	Бутер с сыром	40\15	7,8	8	28,8	173,5
2 завтрак						
10:00						
Обед						
1.	Щи со свеж. кап. с кур	250	4,96	4,8	13,3	108,5
2.	Гречка отварная с мас.	200	5,5	4,4	32,2	165
	Гуляш из курицы	80	11,5	11	2,7	155,8
3	Компот из суш.яб	200	0,3	0	15,7	62
4	хлеб ржаной	40	1,8	0,28	19,9	85,6
Полдник						
1.	Яйцо	40	5,1	4,6	0,3	63
2.	Хлеб в/с	20	1,65	2,2	9,6	45,4
3.	Чай с лимоном	200			14	56,8