



Ежедневное меню основного питания
 МБДОУ «Юринский детский сад «Теремок»
 на 17.01.2021г

№ п/п	Наименования блюда	Вес блюда	Б	Ж	У	Э.п
Завтрак						
1.	Каша рисовая мол. с мас	150	1,6	12,4	18,5	132
2.	Какао. с молоком	150	1,8	1,8	12,2	71,2
3.	Хлеб в/с	30	2,4	0,3	14,4	68,1
2 завтрак						
10:00 Сок фруктовый						
		100	0,5	0,4	9,7	42
Обед						
1.	Щи со свежей капустой	150	6,3	14,9	51,8	313,3
2.	Рожки отварная с маслом	130	2,95	3,94	6,87	82,5
3.	Печень в соусе	60	3,5	3,3	19,9	144,3
4.	Компот из кураги	150	8,6	8,25	2	116,8
5.	хлеб ржаной	30	0,4	0	11,7	46,5
Полдник						
1.	Яйцо варёное	20	16,65	18,61	47,6	654,95
2.	Хлеб в/с	15	2,55	2,3	0,15	31,5
3.	Чай с сахаром	150	1,2	0,15	7,2	34,05
					11	43,5

Ежедневное меню основного питания
 МБДОУ «Юринский детский сад «Теремок»
 на 14.01.2021г

№ п/п	Наименования блюда	Вес блюда	Б	Ж	У	Э.п
Завтрак						
1.	Каша рисовая мол. с мас	200	2,2	14,6	22	176
2.	Какао. с молоком	200	2,4	2,5	16,2	95
3.	Хлеб в/с	40	3,3	4,4	19,2	90,8
2 завтрак						
10:00 Сок фруктовый						
		100	0,5	0,4	9,7	42
Обед						
1.	Щи со свежей капустой	250	4,96	4,8	13,3	108,5
2.	Рожки отварная с маслом	150	4,6	5,08	22,96	163,2
3.	Печень в соусе	80	11,5	11	2,7	155,8
4.	Компот из кураги	200	0,3	0	15,7	62
5.	хлеб ржаной	40	1,8	0,28	19,9	85,6
Полдник						
	Яйцо варёное	40	33,3	33,3	71,5	870
	Хлеб в/с	20	5,1	4,6	0,3	63
	Чай с сахаром	200	1,65	2,2	9,6	45,4
					14	56,8