

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Юринский детский сад «Теремок»
на 14.04.2022г

№ п/п	Наименования блюда	Вес блюда	Б	Ж	У	Э.п
Завтрак						
1.	Каша геркул молочная с мас	150	2,5	5,5	11,7	126,4
2.	Какао с молоком	200	2,81	2,92	15,93	98,35
3.	Хлеб в/с	30	2,4	0,3	14,4	68,1
2 завтрак						
10:00	Сок фруктовый					
Обед						
1.	Щи со свеж. кап. с кур.	150	7,71	8,72	42,03	292,85
2.	Рис отварной с маслом	150	2,95	3,94	6,87	82,5
3.	Соус	15	4,08	5,9	42,3	238,9
4.	Котлета паровая	75	3,5	3,14	9,18	40,13
5.	Компот из чернослива	150	7,3	4,07	26,5	172,07
6.	хлеб ржаной	30	0,4	0	11,7	46,5
Полдник						
2.	Батон	30	1,2	0,15	7,2	34,05
3.	Чай с сахаром	150	19,43	17,2	61,45	614,15
			3,75	6,28	35,46	213,17

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Юринский детский сад «Теремок»
на 14.04.2022г

№ п/п	Наименования блюда	Вес блюда	Б	Ж	У	Э.п
Завтрак						
1.	Каша геркул молочная с мас	200	3,4	8	15,6	168,6
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					
Обед						
1.	Щи со свеж. кап. с кур.	250	9,1	14,9	51	354,4
2.	Рис отварной с маслом	180	4,96	4,8	13,3	108,5
	Соус	15	4,9	7,1	50,8	286,7
	Котлета паровая	75	3,5	3,14	9,18	40,13
3	Компот из чернослива	200	7,3	4,07	26,5	172,07
4	хлеб ржаной	40	0,3	0	15,7	62
Полдник						
2.	Батон	30	22,76	19,39	84,58	755
3.	Чай с сахаром	200	4,37	7,5	32,4	214,8
			4,51	7,52	43,74	260,36