



Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Юринский детский сад «Теремок»
на 16.11.2021г

№ п/п	Наименования блюда	Вес блюда	Б	Ж	У	Э.ц
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.	Суп крестьянск с кур.	150	3.73	2.46	9.9	76.68
2.	Капуста тушеная	150	7.5	6.2	6.1	110.78
3.	Котлета паровая	75	7.3	4.07	26.5	172.07
4.	Компот из свеж. яблок	150	0.12	0.12	11.9	45
5.	хлеб ржаной	30	1.2	0.15	7.2	34.05
Полдник						
1.	Пряник	50	2.4	1.4	41.3	175
2.	Йогурт	150	4.5	3.75	22.95	144

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «Юринский детский сад «Теремок»
на 16.11.2021г

№ п/п	Наименования блюда	Вес блюда	Б	Ж	У	Э.ц
Завтрак						
1.	Каша рисовая мол с мас	200	2.2	14.6	22	176
2.	Какао с молоком	200	2.81	2.92	15.93	98.35
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.	Суп крестьянск с кур.	250	4.98	3.28	13.2	102.24
2.	Капуста тушеная	200	9	7.5	7.36	132.94
	Котлета паровая	75	7.3	4.07	26.5	172.07
3.	Компот из свеж. яблок	200	0.16	0.16	15.89	60
4.	хлеб ржаной	40	1.8	0.28	19.9	85.6
Полдник						
1.	Пряник	50	2.4	1.4	41.3	175
2.	Йогурт	180	5.4	4.5	27.54	172.8