



МБДОУ д\с 422 "СИБИРЯЧОК"

МЕНЮ на 19.04.2024

Утверждаю:

Заведующий д\с

Н.Ю СВИНАРЕНКО

Прием пищи	Блюдо	ЯСЛИ	ЯСЛИ	САД	САД	ОВЗ	ОВЗ
		Выход\	Калорийность	Выход\	Калорийность	Выход\	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес"	164 г	165.312	172 г	173.376	172 г	173.376
	КАКАО С МОЛОКОМ	149 г	60.395	172 г	69.718	172 г	69.718
	БУТЕРБРОД МАСЛОМ И СЫРОМ	36 г	99.031	46 г	143.644	46 г	143.644
Итого за ЗАВТРАК		349 г	324,738	390 г	386.738	390 г	386.738
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	142 г	65,32	200	92	211 г	97.06
того за ЗАВТРАК 2		142 г	65,32	200	92	211 г	97,06
ОБЕД	Маринад овощной с томатом	30 г	42,57	60 г	85.14	59 г	83,721
	Мясо (говядина) отварное	50 г	145,5	60 г	174.6	64 г	186.24
	Суп картофельный с клецками	150 г	47,182	181 г	56.934	181 г	56,934
	Хлеб пшеничный	20 г	46,6	40 г	93.2	48 г	111.84
	ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ	40 г	85,2	50 г	106.5	51 г	108,63
	КОМПОТ ИЗ ОБЛЕПИХИ (свежезамороженной)	147 г	28,714	174 г	33.988	174 г	33.988
	Макаронные изделия отварные	110 г	139,59	131 г	166.239	131 г	166.239
Итого за ОБЕД		547 г	535,356	705 г	737.371	708 г	747.592
ПОЛДНИК	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150 г	102	186 г	126.48	186 г	126,48
	Бутерброды повидлом	45 г	201	49 г	218.867	57 г	254,6
того за ПОЛДНИК		195 г	303	235 г	345.347	243 г	381,08
УЖИН	Соус сметанный ,сладкий	30 г	22,23	40 г	29.64	46 г	34.086
	ЧАЙ С САХАРОМ	99 г	12,936	138 г	18.216	118 г	15.576
	Хлеб пшеничный	20 г	46,6	24 г	55.92	24 г	55.92
	КОТЛЕТЫ морковные	101 г	99,654	130 г	129 г	129 г	127.281
Итого за УЖИН		250 г	181.42	331 г	231.057	317 г	232.863
<b>Итого за день</b>		<b>1483 г</b>	<b>1409.834</b>	<b>1861 г</b>	<b>1792.513</b>	<b>1869 г</b>	<b>1845.333</b>