



МБДОУ д/с 422 "СИБИРЯЧОК"

утверждаю: Д/с
Н.Ю. СВИНАРЕНКО

Заведующий

МЕНЮ на 15.04.
2024

| Прием пищи | Блюдо | ЯСЛИ | | САД | | ОВЗ | | |
|--------------------|---|---------|--------------|---------|--------------|---------|--------------|---------|
| | | Выход\ | Калорийность | Выход\ | Калорийность | Выход\ | Калорийность | |
| ЗАВТРАК | Каша ячневая вязкая на молоке | 164г | 185.32 | 178г | 201.14 | 183г | 206.79 | |
| | БУТЕРБРОД МАСЛОМ И СЫРОМ | 35г | 96.28 | 39г | 121.785 | 39г | 121.785 | |
| | КАКАО С МОЛОКОМ | 149г | 60.395 | 178г | 72.15 | 180г | 72.96 | |
| Итого за ЗАВТРАК | | 348г | 341,995 | 395г | 395.075 | 402г | 401.535 | |
| ЗАВТРАК 2 | Соки овощные, фруктовые и ягодные | 142г | 65,32 | 200г | 92 | 205г | 94.3 | |
| Итого за ЗАВТРАК 2 | | 142г | 65,32 | 200г | 92 | 205г | 94,3 | |
| ОБЕД | Соус белый основной | 19г | 9,538 | 29г | 14.558 | 29г | 14,558 | |
| | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 110г | 171,417 | 129г | 201.025 | 129г | 201.025 | |
| | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 149г | 49,866 | 178г | 59.571 | 178г | 59,571 | |
| | Хлеб пшеничный | 20г | 46,6 | 35г | 81.55 | 35г | 81.55 | |
| | КОТЛЕТА ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ | 50г | 167,5 | 68г | 227.8 | 68г | 227,8 | |
| | САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ ДЕСЕРТНОЙ | 30г | 59,58 | 50г | 99.3 | 52г | 103.272 | |
| | Суп крестьянский с крупой (пшено) на мясном бульоне(говядина) со сметаной | 160г | 111,68 | 191г | 133.318 | 191г | 133.318 | |
| | ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ | 40г | 85,2 | 48г | 102.24 | 48г | 102.24 | |
| | Итого за ОБЕД | | 578г | 701,381 | 728г | 919.362 | 730г | 923,334 |
| | ПОЛДНИК | ПЕЧЕНЬЕ | 30г | 138,6 | 60г | 277.2 | 60г | 277,2 |
| Кефир | | 132г | 66 | 141г | 70.5 | 141г | 70,5 | |
| Итого за ПОЛДНИК | | 162г | 204,6 | 201г | 347.7 | 201г | 347.7 | |
| УЖИН | ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ | 79г | 10,744 | 98г | 13.328 | 104г | 14.144 | |
| | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 98г | 198,744 | 156г | 316.368 | 156г | 316.368 | |
| | Хлеб пшеничный | 20г | 46,6 | 18г | 41.94 | 18г | 41.94 | |
| | Молоко сгущенное | 20г | 65.4 | 30г | 98.1 | 32г | 104.64 | |
| | Итого за УЖИН | 217г | 321.488 | 302г | 469.736 | 310г | 477.092 | |
| Итого за день | | 1447г | 1634.784 | 1826г | 2223.873 | 1848г | 2243.961 | |