

Утверждаю



Заведующий

МКДОУ Детский сад №5 "Солнышко"

А.С. Олейникова/

МЕНЮ

2 день

Сад 10 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,27	3,48	37,79	202,18
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (формовой)	30	2,28	0,24	14,76	70,50
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	180/10/7	0,12	0,02	10,20	2,83
Итого		9,67	3,74	62,75	275,73
II Завтрак					
КИСЛОМОЛОЧНЫЕ НАПИТКИ (ряженка)	100	2,90	2,50	4,00	50,00
Итого		2,90	2,50	4,00	50,00
Обед					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПЕРЛОВОЙ КРУПОЙ	200	2,33	10,07	17,58	92,60
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	70	13,08	4,99	2,01	103,80
КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	150	3,53	11,95	26,05	210,15
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (формовой)	30	0,00	0,00	0,00	70,50
ХЛЕБ СТОЛОВЫЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	30	0,00	0,00	0,00	60,60
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180	0,09	0,00	27,17	102,64
Итого		19,03	27,01	72,81	640,29
Полдник					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	100	7,45	6,63	21,24	178,88
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ 8,5% ЖИРНОСТИ	20	1,44	1,70	11,10	65,60
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,81	2,39	12,76	84,00
Итого		11,70	10,72	45,10	340,20
Всего		43,30	43,97	184,66	1306,22