

Утверждаю

заведующий

МАДОУ "Детский сад №21"

Шкондина Екатерина Викторовна/

МЕНЮ

22 ноября 2024 г.

Сад 12 часов



Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,9	7,4	26,1	195
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,4	4,4	14,7	109
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	19	4,5	5,7		71
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,1	2,4	11,8	82
Итого		15,9	19,9	52,6	457
II Завтрак					
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	200	5,6	4,9	8,1	105
Итого		5,6	4,9	8,1	105
Обед					
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1	6,1	2,3	70
СУП СБОРНО-ОВОЩНОЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,9	8,4	8,8	77
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ	150	10,8	27,7	9,4	330
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200			7,8	31
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ	30	2	0,3	12,7	61
Итого		17,9	37,7	55,6	638
Полдник					
ПИРОЖОК С РИСОМ И КОНСЕРВОЙ	150	18,5	12,8	51,2	395
КИСЕЛЬ ФЛОВО-ЯГОДНЫЙ	200			30	120
ФРУКТЫ	134	0,5	0,5	13,2	63
Итого		19	13,3	94,4	578
Ужин					
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	200	5,6	4,9	8,1	105
ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,5	18,6	104
Итого		7,5	7,4	26,7	209
Всего		65,9	83,2	237,4	1987

Медицинская сестра _____