

Меню на 20.12.2024 (3-7 лет)



Утверждаю
заведующий МОУ Детский сад № 343
Ткаченко О.В./

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50				
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ТТК №72	150				
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	200				
	БАТОН	30				
Итого за завтрак		430	21,6	26,8	37,8	484,8
2 Завтрак	СОК ФРУКТОВЫЙ №399	200				
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50				
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА К/Б ТТК №88	180				
	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТТК №66	150				
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	200				
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40				
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50				
Итого за обед		670	23,9	16,4	88,4	599,9
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ ТТК №61	70				
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	150				
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ №392	190/10				
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30				
Итого за Уплотненный полдник		450	22,1	21,0	72,8	579,3
Всего за день:			68,6	64,4	218,6	1 747,4