

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
 детский сад комбинированного вида № 20 «Ладушки»
 Бугульминского муниципального района Республики Татарстан



УТВЕРЖДАЮ

Заведующая ДОУ №20 «Ладушки»

Резванова
детский
сад № 20

Э.Н. Резванова

МЕНЮ НА 03.05.2023.

Блюдо	Ясли с 1 до 3 лет				Энергет. ценность	Сад с 3 до 7 лет				Энергет. ценность
	Масса порции	Б	Ж	У		Масса порции	Б	Ж	У	
Завтрак:										
Каша кукурузная молочная с маслом	140/4	5,32	5,60	35,51	214,00	180/5	6,84	7,10	45,66	274,20
Чай с молоком, сахаром	170/6	1,29	1,15	1,79	21,85	180/6	2,67	2,27	10,34	72,70
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,92	4,36	12,92	98,50	30/5	2,29	4,50	15,49	111,60
Итого:	350	8,52	11,10	50,22	334,35	406	11,80	13,86	71,49	458,50
2-ой завтрак										
Сок в инд.упаковке	200	1	0,00	20,20	84,80					
Сок в ассортименте						180	0,90	0,00	18,18	76,32
Итого:	200	1	0,00	20,20	84,80	180	0,90	0,00	18,18	76,32
Обед										
Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	47,00	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Суп картофельный с пшеничной крупой на мясном бульоне	150	1,18	1,63	7,27	51,45	180	1,42	1,95	8,72	61,74
Плов из отварной говядины	150	15,30	14,33	24,38	297,00	200	20,40	19,11	32,51	396,00
Напиток из вишни	150	0,24	0,06	21,15	87,45	180	0,29	0,07	25,38	104,94
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,86	69,30	45	2,97	0,54	17,82	89,10
Итого:	585	19,43	16,84	76,46	552,20	705	25,48	22,07	94,23	698,78
Уплотненный полдник										
Молоко кипяченое	150	4,35	3,75	7,20	80,25	180	5,22	4,50	8,64	96,30
Фрикадельки рыбные отварные	60	10,06	2,12	0,85	66,00	80	13,41	2,82	1,14	88,00
Картофель тушеный с овощами в соусе	120	2,61	10,07	18,12	172,80	140	3,05	11,75	21,15	201,60
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Чай с мармеладом	160/13,5	0,07	0,02	10,74	43,34	160/13,5	0,07	0,02	10,74	43,34
Итого:	528,5	18,99	16,16	49,22	421,14	603,5	24,02	19,33	56,43	499,74
Всего:	1663,5	47,94	44,09	196,10	1392,49	1894,5	62,20	55,26	240,32	1733,34