

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



МЕНЮ НА 03.05.2023.

| Блюдо | Ясли с 1 до 3 лет | | | | | Сад с 3 до 7 лет | | | | |
|---|-------------------|--------------|--------------|---------------|-------------------|------------------|--------------|--------------|---------------|-------------------|
| Завтрак: | Масса порции | Б | Ж | У | Энергет. ценность | Масса порции | Б | Ж | У | Энергет. ценность |
| 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 пшенной 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 |