

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

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая ДОУ №20 «Ладушки»

Э.Н. Резванова

МЕНЮ НА 12.05.2023.

Блюдо	Ясли с 1 до 3 лет				Энергет. ценность	Сад с 3 до 7 лет				Энергет. ценность
Завтрак:	Масса порции	Б	Ж	У		Масса порции	Б	Ж	У	
Каша геркулесовая молочная с маслом	140/3	5,79	6,28	26,29	185,66	180/5	7,46	9,52	33,83	251,91
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,35	90,54	180	2,85	2,41	14,35	90,54
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:	353	10,55	13,04	53,56	374,70	400	12,60	16,43	63,67	454,05
2-ой завтрак										
Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	47,00	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого:	100	0,40	0,40	9,80	47,00	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Обед										
Салат из кукурузы к/с	30	0,86	1,85	2,41	29,79	50	1,44	3,09	4,02	49,65
Суп лапша домашняя на курином бульоне, с мясом птицы	150/10	3,88	5,18	7,01	95,65	180/10	4,19	5,85	8,40	109,54
Биточки домашние	50	7,61	11,07	7,66	161,00	70	10,65	15,50	10,72	225,40
Рагу из овощей	120	2,02	12,56	9,83	162,29	150	2,53	15,70	12,29	202,86
Компот из яблок	150	0,12	0,12	20,91	85,95	180	0,14	0,14	25,09	103,14
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,86	69,30	45	2,97	0,54	17,82	89,10
Итого:	545	16,81	31,21	61,68	603,98	685	21,92	40,82	78,34	779,69
Уплотненный полдник										
Молоко кипяченое	150	4,35	3,75	7,20	80,25	180	5,22	4,50	8,64	96,30
Слойка сладкая	50	3,19	5,89	25,36	166,67	50	3,19	5,89	25,36	166,67
Макаронные изделия отварные с сыром	130	8,80	10,35	22,17	217,36	150	10,15	11,94	25,58	250,80
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Напиток из шиповника	150/5	0,51	0,21	15,57	66,15	180/6	0,61	0,25	18,68	79,38
Итого:	510	18,74	20,40	82,60	589,18	596	21,45	22,82	93,02	663,65
Всего:	1508,00	46,50	65,05	207,64	1614,85	1781	56,37	80,47	244,83	1944,38