

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

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующая ДООУ №20 «Ладушки»  
Э.Н. Резванова

МЕНЮ НА 15.05.2023.

Блюдо	Ясли с 1 до 3 лет				Энергет. ценность	Сад с 3 до 7 лет				Энергет. ценность
Завтрак:	Масса порции	Б	Ж	У	Энергет. ценность	Масса порции	Б	Ж	У	Энергет. ценность
Каша «Дружба» молочная с маслом	140/3	4,22	4,92	23,38	155,56	180/5	5,36	9,85	29,49	229,05
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	4,5	15,49	111,60
<b>Итого:</b>	<b>353</b>	<b>8,99</b>	<b>11,69</b>	<b>50,66</b>	<b>344,60</b>	<b>400</b>	<b>10,50</b>	<b>16,76</b>	<b>59,34</b>	<b>431,19</b>
<b>2-ой завтрак</b>										
Сок в инд. упаковке	200	1		20,20	84,80					
Сок в ассортименте						180	0,90		18,18	76,32
<b>Итого:</b>	<b>200</b>	<b>1</b>		<b>20,20</b>	<b>84,80</b>	<b>180</b>	<b>0,9</b>		<b>18,18</b>	<b>76,32</b>
<b>Обед</b>										
Салат из моркови припущенной с яблоками	40	0,42	0,07	3,45	16,16	60	0,63	1,05	5,18	24,24
Суп картофельный с вермишелью, с мясными фрикадельками	150/10	3,95	3,56	10,51	97,15	180/15	4,28	3,90	12,60	111,34
Котлеты рубленые из говядины	50	8,42	9,35	8,22	150,76	70	11,79	13,09	11,51	211,06
Капуста тушеная	120	2,45	4,42	9,47	92,40	130	2,65	4,78	10,26	100,10
Компот из сухофруктов	150	0,50	0,07	24,01	100	180	0,60	0,08	28,81	120
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,86	69,30	45	2,97	0,54	17,82	89,10
<b>Итого:</b>	<b>555</b>	<b>18,06</b>	<b>17,88</b>	<b>69,52</b>	<b>525,37</b>	<b>680</b>	<b>22,92</b>	<b>23,44</b>	<b>86,19</b>	<b>655,36</b>
<b>Уплотненный полдник</b>										
Кефир с сахаром	150/2	4,35	3,75	8	83	180/3	5,31	4,58	7,32	91,50
Вафли	20	0,75	6,10	12,50	108,50	20	0,75	6,10	12,50	108,50
Пудинг рыбный	45/15	8,98	2,93	4,40	80	60/20	11,97	3,91	5,87	106,67
Пюре картофельное	120	2,45	3,84	16,35	109,80	140	2,86	4,48	19,08	128,10
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,57	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Чай с сахаром	150/5	0,0525	0,015	5,02	20,08	180/6	0,06	0,02	6,02	24,10
<b>Итого:</b>	<b>532</b>	<b>18,48</b>	<b>16,84</b>	<b>58,57</b>	<b>460,13</b>	<b>639</b>	<b>23,23</b>	<b>19,32</b>	<b>65,54</b>	<b>529,37</b>
<b>Всего:</b>	<b>1640</b>	<b>46,53</b>	<b>46,40</b>	<b>198,94</b>	<b>1414,90</b>	<b>1899</b>	<b>57,55</b>	<b>59,52</b>	<b>229,25</b>	<b>1692,24</b>