

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 16.05.2023.

Блюдо	Ясли с1до 3лет					Сад с 3 до 7 лет				
Завтрак:	Масса порции	Б	Ж	У	Энергет. ценность	Масса порции	Б	Ж	У	Энергет. ценность
Каша полбяная молочная с маслом	140/3	3,76	6,13	22,96	162	180/3	4,81	7,85	29,38	207,32
Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	106,74	180	3,67	3,19	15,82	106,74
Бутерброд с маслом сливочным и сыром	25/5/10	4,55	7,02	12,92	132,83	30/5/10	4,93	7,16	15,49	146,10
<b>Итого:</b>	<b>363</b>	<b>11,98</b>	<b>16,34</b>	<b>51,70</b>	<b>401,57</b>	<b>408</b>	<b>13,41</b>	<b>18,20</b>	<b>60,69</b>	<b>460,16</b>
<b>2-ой завтрак</b>										
Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	47,00	100	0,40	0,40	9,80	47,00
<b>Итого:</b>	<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>47,00</b>	<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>47,00</b>
<b>Обед</b>										
Салат из картофеля с солеными огурцами	40	0,49	3,14	3,58	44,56	60	0,73	4,71	5,38	66,84
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной	150/7	1,26	4	6,81	73,58	180/7	1,50	4,77	8,11	87,64
Фрикадельки куриные в молочном соусе	40/20	5,99	7,13	5,16	109,04	50/25	7,49	8,92	6,45	136,30
Кисель	150	0,45	0,08	22,65	92,70	180	0,54	0,09	28,18	115,24
Макаронные изделия отварные с маслом сл.	110/3	4,17	2,66	23,45	134,38	130/3	4,91	3,13	27,60	158,16
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,86	69,30	45	2,97	0,54	17,82	89,10
Булочка дорожная	50	3,39	6,98	21,07	160,50	50	3,39	6,98	21,07	160,50
Хлеб пшеничный						25	1,90	0,20	12,30	58,75
<b>Итого:</b>	<b>1137</b>	<b>18,06</b>	<b>24,41</b>	<b>96,58</b>	<b>684,06</b>	<b>755</b>	<b>23,44</b>	<b>29,33</b>	<b>126,90</b>	<b>872,53</b>
<b>Уплотненный полдник</b>										
Яйшенка	150	4,35	3,75	6,30	76,50	180	5,22	4,50	7,56	91,80
Запеканка творожная с ягодным соусом	110/20	8,11	8,75	21,93	237,04	130/20	9,36	10,09	25,31	273,51
Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	0,10	0,02	5,17	21,78	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48
<b>Итого:</b>	<b>440</b>	<b>12,56</b>	<b>12,52</b>	<b>33,40</b>	<b>335,33</b>	<b>523</b>	<b>14,70</b>	<b>14,62</b>	<b>39,10</b>	<b>391,79</b>
<b>Всего:</b>	<b>2040,00</b>	<b>43,00</b>	<b>53,66</b>	<b>191,48</b>	<b>1467,96</b>	<b>1786</b>	<b>51,95</b>	<b>62,54</b>	<b>236,49</b>	<b>1771,48</b>