

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 16.05.2023.

Блюдо	Ясли с 1до 3 лет				Сад с 3 до 7 лет				Энергет. ценность	
	Масса порции	Б	Ж	У	Масса порции	Б	Ж	У		
Завтрак:										
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
Итого:	363	11,98	16,34	51,70	401,57	408	13,41	18,20	60,69	460,16
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 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
Итого:	1137	18,06	24,41	96,58	684,06	755	23,44	29,33	126,90	872,53
Уплотненный полдник										
Фиженка	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
Итого:	440	12,56	12,52	33,40	335,33	523	14,70	14,62	39,10	391,79
Всего:	2040,00	43,00	53,66	191,48	1467,96	1786	51,95	62,54	236,49	1771,48