

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 19.05.2023.

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
Суп молочный с вермишелью	180	3,94	3,42	12,93	108	200	4,38	3,80	14,36	120,00
Какао с молоком	150	3,06	2,66	13,18	88,95	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:	370	11,54	13,09	39,03	329,78	425	12,98	14,15	45,67	372,84
2-ой завтрак										
Сок в инд. упаковке	200	1,00	0,00	20,20	84,80					
Сок в ассортименте						180	0,90	0,00	18,18	76,32
Итого:	200	1,00	0,00	20,20	84,80	180	0,90	0,00	18,18	76,32
Обед										
Огурцы свежие порционно	40	0,28	0,04	0,76	4,80	60	0,42	0,06	1,14	7,20
Суп из овощей на мясном бульоне со сметаной	150/5	1,08	3,74	5,67	65,25	180/7	1,32	4,64	6,84	79,91
Гуляш из отварной говядины	30/30	8,02	8,45	1,96	98,40	40/40	10,69	11,26	2,62	131,20
Рис отварной рассыпчатый	110	2,68	3,94	26,90	153,78	130	3,16	4,66	31,79	181,74
Напиток из яблок	150	0,12	0,12	20,91	85,95	180	0,14	0,14	25,09	103,14
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	15,84	79,20	45	2,97	0,54	17,82	89,10
Итого:	545	14,82	16,77	72,04	505,83	672	18,71	21,31	85,30	592,29
Уплотненный полдник										
Молоко кипяченое	150	4,35	3,75	7,20	80,25	180	5,22	4,50	8,64	96,30
Запеканка картофельная с мясом птицы со сметанным соусом	130/20	15,70	17,03	19,49	285,96	150/30	17,88	18,84	21,55	317,99
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	30	2,28	0,24	14,76	70,50
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:	480	21,66	20,96	41,70	435,00	603	25,51	23,60	51,18	511,27
Всего:	1605	49,02	50,82	172,98	1336,96	1890,00	58,10	59,06	200,33	1552,72