

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

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующая ДОУ №20 «Ладушки»  
*Резванова* Э.Н. Резванова

МЕНЮ НА 22.05.2023.

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
Каша пшенная молочная с маслом.	140/4	3,94	7,57	22,40	173,40	180/3	5,04	8,18	28,77	208,76
Чай с молоком с сахаром	170/6	1,29	1,15	1,79	21,85	180/6	2,67	2,27	10,34	72,70
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,92	4,36	12,92	98,50	30/5	2,29	4,50	15,49	111,60
<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>7,14</b>	<b>13,08</b>	<b>37,11</b>	<b>293,75</b>	<b>404</b>	<b>10,01</b>	<b>14,95</b>	<b>54,95</b>	<b>393,06</b>
<b>2-ой завтрак</b>										
Фрукты	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>										
Помидоры свежие порционно	40	0,44	0,08	1,52	8,80	60	0,66	0,12	2,28	13,20
Рассольник домашний на кур./б. с куриными фрикадельками ,со сметаной	150/10/6	2,78	5,28	8,63	99,02	180/15/7	3,73	6,69	10,58	124,61
Жаркое из отварной птицы по домашнему	150	13,89	15,51	14,21	252,86	180	16,66	18,61	17,05	303,43
Кисель	150	0,45	0,08	22,65	92,70	180	0,54	0,09	28,18	115,24
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,86	69,30	45	2,97	0,54	17,82	89,10
<b>Итого:</b>	<b>541</b>	<b>19,86</b>	<b>21,36</b>	<b>60,87</b>	<b>522,68</b>	<b>667</b>	<b>24,56</b>	<b>26,05</b>	<b>75,91</b>	<b>645,58</b>
<b>Уплотненный полдник</b>										
Катык	150	4,35	3,75	6,30	76,00	180	5,22	4,50	7,56	91,20
Сырники из творога с молбком сгущенным	130/20	24,88	16,97	15,78	315,00	130/20	24,88	16,97	15,78	315,00
Печенье	20	1,50	1,96	14,88	83,40	40	3,00	3,92	29,76	166,80
Напиток из шиповника	150/5	0,51	0,21	15,57	66,15	180/6	0,61	0,25	18,68	79,38
<b>Итого:</b>	<b>475</b>	<b>31,24</b>	<b>22,89</b>	<b>52,53</b>	<b>540,55</b>	<b>556</b>	<b>33,71</b>	<b>25,64</b>	<b>71,78</b>	<b>652,38</b>
<b>Всего:</b>	<b>1466</b>	<b>59,74</b>	<b>57,82</b>	<b>171,50</b>	<b>1452,98</b>	<b>1727</b>	<b>69,78</b>	<b>67,14</b>	<b>223,30</b>	<b>1787,02</b>