

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 23.05.2023.

Блюдо	Ясли с 1 до 3 лет				Энергет. ценность	Сад с 3 до 7 лет				Энергет. ценность
	Масса порции	Б	Ж	У		Масса порции	Б	Ж	У	
<b>Завтрак:</b>										
Каша рисовая молочная с маслом слив.	140/3	4,17	4,69	30,01	179,36	180/3	5,35	5,42	38,58	225,00
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 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>11,56</b>	<b>14,12</b>	<b>57,28</b>	<b>402,73</b>	<b>413</b>	<b>13,13</b>	<b>14,99</b>	<b>68,42</b>	<b>461,64</b>
<b>2-ой завтрак</b>										
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
<b>Итого:</b>	<b>200</b>	<b>1,00</b>	<b>0,00</b>	<b>20,20</b>	<b>84,80</b>	<b>180</b>	<b>0,90</b>	<b>0,00</b>	<b>18,18</b>	<b>76,32</b>
<b>Обед</b>										
Салат из зеленого горошка к/с	30	0,89	1,56	1,88	25,08	50	1,49	2,59	3,13	41,80
Суп картофельный с клецками с мясными фрикадельками	150/10	4,47	4,61	11,31	112,75	180/15	5,55	5,06	13,64	133,26
Рагу из овощей с мясным фаршем	110/40	11,21	18,94	9,15	253,56	150/50	14,23	24,98	12,46	333,86
Напиток из сухофруктов	150	0,50	0,07	24,01	99,60	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
Ватрушка с творогом	50	6,15	3,65	19,45	134,67	75	9,22	5,48	29,18	202,00
<b>Итого:</b>	<b>575</b>	<b>24,54</b>	<b>29,25</b>	<b>79,65</b>	<b>694,96</b>	<b>745</b>	<b>34,06</b>	<b>38,74</b>	<b>105,04</b>	<b>919,54</b>
<b>Уплотненный полдник</b>										
Кефир	150/2	4,35	3,75	8,00	83,00	180/3	5,31	4,58	7,32	91,50
Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным	110/2	3,21	1,62	22,36	116,60	130/3	3,80	2,37	26,43	141,96
Биточки рубленые из рыбы	50	6,10	3,88	7,34	89,00	70	8,54	5,43	10,28	124,60
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Чай с мармеладом	160/13,5	0,07	0,02	10,74	43,34	160/13, 5	0,07	0,02	10,74	43,34
<b>Итого:</b>	<b>512,5</b>	<b>15,63</b>	<b>9,46</b>	<b>60,74</b>	<b>390,69</b>	<b>589,5</b>	<b>20,00</b>	<b>12,63</b>	<b>69,53</b>	<b>471,90</b>
<b>Всего:</b>	<b>1650,5</b>	<b>53,73</b>	<b>52,82</b>	<b>217,87</b>	<b>1573,18</b>	<b>1927,5</b>	<b>68,09</b>	<b>66,36</b>	<b>261,17</b>	<b>1929,39</b>