

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

Э.Н. Резванова



МЕНЮ НА 24.05.2023 г

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 манная молочная с маслом	140/3	4,24	4,60	22,61	149,26	180/5	5,47	6,75	29,10	199,50
Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	106,74	180	3,67	3,19	15,82	106,74
Бутерброд с маслом слив.	25/5	1,92	4,36	12,92	98,50	30/5	2,29	4,50	15,49	111,60
<b>Итого:</b>	<b>353</b>	<b>9,83</b>	<b>12,14</b>	<b>51,35</b>	<b>354,50</b>	<b>400</b>	<b>11,43</b>	<b>14,44</b>	<b>60,41</b>	<b>417,84</b>
<b>2-ой завтрак</b>										
Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	64,50	100	0,40	0,40	9,80	64,50
<b>Итого:</b>	<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>47</b>	<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>47</b>
<b>Обед</b>										
Винегрет с солеными огурцами	40	0,56	4,02	2,92	50,04	60	0,84	6,02	4,37	75,06
Щи со св. капустой с картофелем на курином бульоне с куриными фрикадельками со сметаной	150/10/5	2,48	5,02	4,74	77,60	180/15/7	3,49	6,59	7,13	106,79
Тефтели куриные с рисом в сметанно-томатном соусе	40/20	5,81	6,29	4,59	98,42	50/25	7,26	7,86	5,74	123,03
Вермишель отварная с маслом	110/3	4,17	2,66	23,45	134,38	130/3	4,93	2,75	27,70	155,20
Компот из цитрусов	150	0,34	0,08	25,49	105,90	180	0,41	0,09	30,59	127,08
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,86	69,30	45	2,97	0,54	17,82	89,10
<b>Итого:</b>	<b>563</b>	<b>15,67</b>	<b>18,48</b>	<b>75,04</b>	<b>535,64</b>	<b>695</b>	<b>19,90</b>	<b>23,85</b>	<b>93,36</b>	<b>676,28</b>
<b>Уплотненный полдник</b>										
Молоко кипяченое	150	4,35	3,75	7,20	80,25	180	5,22	4,50	8,64	96,30
Печенье	20	1,50	1,96	14,88	83,40	40	3,00	3,92	29,76	166,80
Омлет натуральный	130	12,08	21,52	2,29	251,03	150	13,94	24,83	2,64	289,66
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Чай с сахаром	150/5	0,05	0,02	5,02	20,08	180/6	0,06	0,02	6,02	24,10
<b>Итого:</b>	<b>480</b>	<b>19,88</b>	<b>27,44</b>	<b>41,68</b>	<b>493,52</b>	<b>586</b>	<b>24,50</b>	<b>33,51</b>	<b>61,82</b>	<b>647,36</b>
<b>Всего:</b>	<b>1496</b>	<b>45,78</b>	<b>58,47</b>	<b>177,88</b>	<b>1430,66</b>	<b>1781</b>	<b>56,23</b>	<b>72,20</b>	<b>225,38</b>	<b>1788,48</b>