

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



МЕНЮ НА 30.05.2023.

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 полбяная молочная с маслом	140/3	3,76	6,13	22,96	162	180/3	4,81	7,85	29,38	207,32
Кафе 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										
Ряженка	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