

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 31.05.2023.

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 кукурузная молочная с маслом	140/4	5,32	5,60	35,51	214,00	180/5	6,84	7,10	45,66	274,20
Чай с молоком, 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
Итого:	350	8,52	11,10	50,22	334,35	406	11,80	13,86	71,49	458,50
2-ой завтрак										
Сок в инд.упаковке	200	1	0,00	20,20	84,80					
Сок в ассортименте						180	0,90	0,00	18,18	76,32
Итого:	200	1	0,00	20,20	84,80	180	0,90	0,00	18,18	76,32
Обед										
Помидоры порционно	40	0,44	0,08	1,52	8,80	60	0,66	0,12	2,28	13,20
Суп картофельный с пшенной крупой на мясном бульоне	150	1,18	1,63	7,27	51,45	180	1,42	1,95	8,72	61,74
Плов из отварной говядины	150	15,30	14,33	24,38	297,00	200	20,40	19,11	32,51	396,00
Напиток из вишни	150	0,24	0,06	21,15	87,45	180	0,29	0,07	25,38	104,94
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,86	69,30	45	2,97	0,54	17,82	89,10
Итого:	585	19,47	16,52	68,18	514,00	705	25,74	21,79	86,71	664,98
Уплотненный полдник										
Молоко кипяченое	150	4,35	3,75	7,20	80,25	180	5,22	4,50	8,64	96,30
Фрикадельки рыбные отварные	60	10,06	2,12	0,85	66,00	80	13,41	2,82	1,14	88,00
Картофель тушеный с овощами в соусе	120	2,61	10,07	18,12	172,80	140	3,05	11,75	21,15	201,60
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
Итого:	528,5	18,99	16,16	49,22	421,14	603,5	24,02	19,33	56,43	499,74
Всего:	1663,5	47,98	43,77	187,82	1354,29	1894,5	62,46	54,98	232,80	1699,54