

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 25.04.2023.

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	
Завтрак:										
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
Кофеинный 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
Итого:	363	11,56	14,12	57,28	402,73	413	13,13	14,99	68,42	461,64
2-ой завтрак										
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
Итого:	200	1,00	0,00	20,20	84,80	180	0,90	0,00	18,18	76,32
Обед										
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
Итого:	575	24,54	29,25	79,65	694,96	745	34,06	38,74	105,04	919,54
Уплотненный полдник										
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
Итого:	512,5	15,63	9,46	60,74	390,69	589,5	20,00	12,63	69,53	471,90
Всего:	1650,5	53,73	52,82	217,87	1573,18	1927,5	68,09	66,36	261,17	1929,39