

УТВЕРЖДАЮ

директор "Общепит-Юг"

Полуланов С.Н.

МЕНЮ
МБДОУ № 24/1

15.10.12.

САД дети дошкольного возраста от 3х- до 8 лет с 10-ч пребыванием

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	ккал
ЗАВТРАК					
Макаронные изделия отварные	150	2,76	0,18	23,54	88,78
Кофейный напиток с молоком	200	3,60	3,22	15,20	104,30
Бутерброды с маслом 22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51
Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,70	63,00
Икра кабачковая промышленного	60	1,14	5,34	4,62	71,40
	480	14,46	18,20	55,37	417,99
ЗАВТРАК 2					
Соки фруктовые	200	1,00	0,00	20,20	84,44
	200	1,00	0,00	20,20	84,44
ОБЕД					
Борщ с капустой и картофелем на кур/о	180	3,28	4,30	9,04	86,20
Плов из отварной птицы	150	11,43	11,37	33,09	280,41
Салат из свеклы с солеными огурцами	60	0,60	3,05	3,51	43,87
Компот из свежих плодов (яблок)+витС	180	0,14	0,14	17,01	68,08
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
	640	20,47	19,54	92,35	624,76
ПОЛДНИК					
Пирожки печеные из сдобного теста с	70	6,52	4,35	26,85	172,63
Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,64	97,20
	250	11,74	8,85	35,49	269,83
	1570	47,67	46,59	203,41	1397,02

ЯСЛИ дети дошкольного возраста от 1 ДО 3Х лет 10ч пребывания

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
ЗАВТРАК					
Макаронные изделия отварные	110	2,02	0,13	13,96	65,11
Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,70	63,00
Кофейный напиток с молоком	150	2,70	2,42	11,64	78,23
Бутерброды с маслом 22/8	30	1,88	4,86	11,00	90,51
Хлеб пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,80
	370	12,44	15,57	43,68	344,45
ЗАВТРАК 2					
Соки фруктовые	150	0,75	0,00	15,15	63,33
	150	0,75	0,00	15,15	63,33
ОБЕД					
Борщ с капустой и картофелем на кур.бул.	150	2,73	3,59	7,53	71,83
Плов из отварной птицы	130	8,58	16,12	6,76	203,06
Салат из свеклы с солеными огурцами	40	0,76	3,56	3,08	47,60
компот из свежих плодов(яблок)	150	0,12	0,12	14,17	56,73
Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,20	52,20
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	530	16,09	24,05	48,78	476,14
ПОЛДНИК					
Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом	50	3,66	2,10	18,18	104,31
Молоко кипяченое	150	4,35	3,75	7,20	81,00
	200	8,01	5,86	25,38	185,31
	1250	37,35	45,54	135,79	1076,71