



УТВЕРЖДАЮ
директор "Общелит-Юг"

Полупанов С.Н.

МЕНЮ

МБДОУ № 44/1 22.10.11г.

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

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность			ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК					
Пудинг творожный запеченый(соус молочный)100/73	173	3,93	9,20	14,20	155,32
Какао с молоком	200	2,98	2,00	16,40	95,52
Бутерброды с сыром15/5/15	35	3,68	6,60	6,63	100,65
	408	10,59	17,80	37,23	351,49
ЗАВТРАК 2					
Плоды свежие (бананы)	100	1,50	0,10	22,07	96,00
	100	1,50	0,10	22,07	96,00
ОБЕД					
Суп-лапша домашняя (курицей)155/25	180	1,58	3,65	17,57	113,38
Запеканка картофельная с печенью(соус сметанный	150	11,10	7,95	39,50	273,95
Салат из кукурузы(консервированной)	50	1,44	3,09	4,02	49,65
Кисель из яблок +витС	180	0,07	0,07	13,64	59,09
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
	620	18,45	15,36	99,51	618,77
ПОЛДНИК					
Вафли	70	1,54	5,74	26,67	164,50
Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,64	97,20
	250	6,76	10,24	35,31	261,70
	1378	37,30	43,50	194,12	1327,96
Пудинг манный	180	5,42	9,63	11,72	155,20
Молоко сгущенное	50	2,60	3,25	22,75	130,65
Кофейный напиток с молоком	200	3,60	3,22	15,52	104,30
	460	13,60	16,46	60,01	441,35
	1838	48,12	57,89	265,85	1778,13

ЯСЛИ дети дошкольного возраста от 1, ДО 3Х лет с 10ч пребыванием

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность			ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК					
Пудинг творожный запеченый(соус молочный)80/60	140	3,14	7,36	15,36	140,26
Бутерброды с сыром15/5/15	35	3,68	6,60	6,63	100,65
Хлеб пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Какао с молоком	180	2,68	1,80	14,76	85,97
	365	11,48	16,12	46,77	379,08
ЗАВТРАК 2					
Плоды свежие (бананы)	95	1,42	0,10	20,97	91,20
	95	1,42	0,10	20,97	91,20
ОБЕД					
Суп-лапша домашняя (курицей)130/20	150	1,32	3,04	7,14	61,20
Запеканка картофельная с печенью(соус сметанный	135	9,99	7,15	31,05	228,55
Салат из кукурузы(консервированной)	40	1,15	2,47	3,22	39,72
Кисель из яблок	150	0,06	0,06	11,37	49,25
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	535	16,48	13,44	72,82	483,12
ПОЛДНИК					
Вафли	50	1,10	4,10	19,05	117,50
Молоко кипяченое	150	4,35	3,75	7,20	81,00
	200	5,45	7,85	26,25	198,50
итого по меню	1110	34,83	37,51	166,81	1151,90