

Дата 19.03.26

2 неделя, четверг (9 день)

МЕНЮ



Утверждено: БК КОП Л.А.Рыжкина

авторский МБДОУ Жирновским д/с «Росинка»

С.В.Баскакова

Завтрак

№	НАЗВАНИЕ	ВЫХОД ПРОДУКТОВ(Г)		КАЛОРИЙНОСТЬ (ККАЛ)	
		ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ	ДЕТИ С 3 ДО 7 ЛЕТ	ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ	ДЕТИ С 3 ДО 7 ЛЕТ
1	Каша пшеничная молочная жидкая	160	190	159,44	189,81
2	Масло сливочное	5	5	33	33
3	Чай с сахаром	180\10	180\10	40	40
4	Хлеб пшеничный	20	20	46,55	46,55
5					
	итого	375	405	278,99	309,36

Второй завтрак

№	НАЗВАНИЕ	ВЫХОД ПРОДУКТОВ(Г)		КАЛОРИЙНОСТЬ (ККАЛ)	
		ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ	ДЕТИ С 3 ДО 7 ЛЕТ	ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ	ДЕТИ С 3 ДО 7 ЛЕТ
1	Яблоки	100	100	47,53	47,53

Обед

№	НАЗВАНИЕ	ВЫХОД ПРОДУКТОВ(Г)		КАЛОРИЙНОСТЬ (ККАЛ)	
		ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ	ДЕТИ С 3 ДО 7 ЛЕТ	ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ	ДЕТИ С 3 ДО 7 ЛЕТ
1	Борщ из св.капусты с картофелем	180	180	65,9	65,9
2	Рыба минтай тушеная с овощами	60\60	70\70	110,21	128,15
3	Картофельное пюре	120	130	109,43	118,18
4	Огурцы соленые	40	50	5,13	6,5
5	Компот из свежих яблок	150	180	72,91	87,84
6	Хлеб пшеничный	30	30	71	71
7	Хлеб ржаной	30	29	52	52
	Итого:	670	739	486,58	529,57

Полдник

№	НАЗВАНИЕ	ВЫХОД ПРОДУКТОВ(Г)		КАЛОРИЙНОСТЬ (ККАЛ)	
		ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ	ДЕТИ С 3 ДО 7 ЛЕТ	ДЕТИ ДО 3 ЛЕТ	ДЕТИ С 3 ДО 7 ЛЕТ
1	Печенье	76	70	361,75	331,88
2	Молоко кипяченое	180		96,3	
3	Чай с молоком		180		89
4					
	итого	256	250	458,05	420,88
	всего	1401	1494	1271,15	1307,34

Повар МЧ