

# МЕНЮ



«УТВЕРЖДАЮ»

«СОГЛАСОВАНО»

Директор филиала  
ООО «Институт питания»

Заведующий ДОУ

А.А.Куликов

День 7 (Вторник)

| Наименование  | Выход       | Б            | Ж            | У             | Энерг. ценность | Выход       | Б            | Ж             | У             | Энерг. ценность |
|---|-------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|-------------|--------------|---------------|---------------|-----------------|
| Возрастная категория                                      | 1-3 год     | г            | г            | г             | ккал            | 3-7 лет     | г            | г             | г             | ккал            |
| <b>ЗАВТРАК</b>  |             |              |              |               |                 |             |              |               |               |                 |
| Каша овсяная  | 150         | 3,32         | 3,63         | 18,21         | 118,89          | 180         | 3,50         | 3,80          | 21,85         | 142,67          |
| Кондитерское изделие                                      | 15          | 1,12         | 1,47         | 11,16         | 62,55           | 20          | 1,50         | 1,96          | 14,88         | 83,40           |
| Сыр (порциями)  | 5           | 1,16         | 1,47         | 0             | 18,20           | 7           | 1,60         | 1,55          | 0             | 25,48           |
| Чай с молоком   | 150         | 3,44         | 3,86         | 10,65         | 91,09           | 180         | 2,16         | 2,30          | 8,77          | 64,75           |
| Хлеб из муки пшеничной                                    | 25          | 1,50         | 0,58         | 10,28         | 52,40           | 30          | 2,25         | 0,87          | 15,42         | 78,60           |
| Всего   | 345         | 10,54        | 11,01        | 50,30         | 343,13          | 417         | 11,01        | 10,48         | 60,92         | 394,90          |
| <b>2 ЗАВТРАК</b>  |             |              |              |               |                 |             |              |               |               |                 |
| Кисломолочный напиток                                     | 150         | 4,20         | 4,80         | 6,15          | 84,60           | 180         | 5,04         | 5,76          | 7,38          | 101,52          |
| Всего   | 150         | 4,20         | 4,80         | 6,15          | 84,60           | 180         | 5,04         | 5,76          | 7,38          | 101,52          |
| <b>ОБЕД</b>   |             |              |              |               |                 |             |              |               |               |                 |
| Салат из капусты с раст.маслом/ Салат из квашеной капусты | 40          | 0,77         | 1,04         | 4,17          | 28,15           | 60          | 1,08         | 2,46          | 3,72          | 41,97           |
| Суп куриный   | 150         | 4,60         | 4,18         | 8,14          | 82,06           | 180         | 5,53         | 5,02          | 9,76          | 98,48           |
| Суфле из печени   | 60          | 5,91         | 2,33         | 7,80          | 220,15          | 80          | 6,10         | 5,50          | 6,75          | 293,53          |
| Изделия макаронные отварные                               | 110         | 4,28         | 5,04         | 27,18         | 171,27          | 130         | 5,06         | 5,95          | 32,13         | 202,41          |
| Компот из плодов сушеных                                  | 150         | 0,36         | 0,03         | 11,12         | 45,54           | 180         | 0,43         | 0,04          | 12,87         | 54,65           |
| Хлеб ржано-пшеничный                                      | 20          | 1,12         | 0,22         | 9,88          | 46,40           | 40          | 2,24         | 0,44          | 19,76         | 92,80           |
| Всего   | 530         | 17,04        | 12,84        | 68,29         | 593,57          | 670         | 20,44        | 19,41         | 84,99         | 783,84          |
| <b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>                                |             |              |              |               |                 |             |              |               |               |                 |
| Запеканка пшеничная с яблоками                            | 130         | 9,50         | 8,20         | 30,80         | 228,50          | 150         | 11,80        | 15,20         | 38,90         | 296,20          |
| Соус молочный сладкий                                     | 15          | 0,02         | 0,02         | 0,04          | 0,45            | 30          | 0,05         | 0,04          | 0,09          | 0,91            |
| Фрукты свежие по сезонности                               | 100         | 0,80         | 0,20         | 7,50          | 38,00           | 100         | 0,80         | 0,20          | 7,50          | 38,00           |
| Масло сливочное   | 5           | 0,04         | 4,13         | 0,04          | 37,45           | 5           | 0,04         | 4,13          | 0,04          | 37,45           |
| Чай   | 180         | 0            | 0            | 5,39          | 21,55           | 180         | 0            | 0             | 5,39          | 21,55           |
| Хлеб из муки пшеничной                                    | 20          | 1,50         | 0,58         | 10,28         | 52,40           | 40          | 2,24         | 0,44          | 19,76         | 92,80           |
| Всего   | 450         | 11,86        | 13,13        | 54,05         | 378,35          | 505         | 14,93        | 20,01         | 70,68         | 486,91          |
| <b>Итого День</b>   | <b>1475</b> | <b>43,64</b> | <b>41,78</b> | <b>178,79</b> | <b>1399,65</b>  | <b>1952</b> | <b>56,46</b> | <b>61,416</b> | <b>231,35</b> | <b>1868,69</b>  |

Заведующий производством:

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА