

МЕНЮ



«УТВЕРЖДАЮ»
Директор филиала
ООО «Институт питания»

«СОГЛАСОВАНО»
Заведующий ДОУ _____

А.А.Куликов

День 9 (Четверг)

| 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 |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | |
| Омлет | 130 | 8,22 | 13,90 | 2,43 | 129,72 | 180 | 18,79 | 20,22 | 3,51 | 271,28 |
| Масло сливочное | 5 | 0,04 | 4,13 | 0,04 | 37,45 | 5 | 0,04 | 4,13 | 0,04 | 37,45 |
| Сыр (порциями) | 5 | 1,16 | 1,47 | 0 | 18,20 | 7 | 1,60 | 1,55 | 0 | 25,48 |
| Чай | 180 | 0 | 0 | 5,39 | 21,55 | 180 | 0 | 0 | 5,39 | 21,55 |
| Хлеб из муки пшеничной | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 7,66 | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 7,66 |
| Всего | 350 | 11,67 | 20,37 | 23,28 | 206,92 | 402 | 22,68 | 26,77 | 24,36 | 434,36 |
| 2 ЗАВТРАК | | | | | | | | | | |
| Компот из плодов свежих/Сок | 180 | 0,11 | 0,11 | 20,63 | 84,51 | 180 | 2,00 | 0,20 | 20,20 | 92,00 |
| Всего | 180 | 0,11 | 0,11 | 20,63 | 84,51 | 180 | 2,00 | 0,20 | 20,20 | 92,00 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | |
| Салат Мозайка | 40 | 1,15 | 2,95 | 4,07 | 47,62 | 60 | 1,73 | 4,43 | 6,11 | 71,43 |
| Уха ростовская | 150 | 4,71 | 2,59 | 8,52 | 74,49 | 180 | 4,10 | 2,50 | 12,50 | 89,39 |
| Плов куриный | 160 | 8,95 | 7,70 | 41,38 | 320,28 | 200 | 8,10 | 8,20 | 69,80 | 386,60 |
| Напиток фруктовый | 150 | 0,09 | 0,09 | 17,19 | 70,42 | 180 | 0,12 | 0,01 | 20,16 | 83,29 |
| Хлеб из муки пшеничной | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,40 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 35 | 1,96 | 0,38 | 17,29 | 81,20 | 40 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 92,80 |
| Всего | 555 | 18,36 | 14,29 | 98,73 | 646,41 | 660 | 16,29 | 15,58 4 | 128,33 | 723,51 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | | | | | | | | |
| Тефтели рыбные | 60 | 6,95 | 5,96 | 17,46 | 99,35 | 80 | 8,80 | 5,90 | 15,90 | 151,80 |
| Рагу из овощей | 110 | 1,91 | 5,67 | 12,59 | 108,76 | 150 | 2,60 | 7,73 | 17,17 | 148,31 |
| Фрукты свежие по сезонности | 100 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38,00 | 100 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38,00 |
| Чай с лимоном | 180 | 0,04 | 0,00 | 7,30 | 29,95 | 180 | 0,04 | 0,00 | 7,30 | 29,95 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,12 | 0,22 | 9,88 | 46,40 | 40 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 92,80 |
| Всего | 470 | 10,82 | 12,05 | 54,73 | 322,46 | 550 | 14,07 6 | 14,47 4 | 69,93 | 469,86 |
| Итого День | 1555 | 40,96 | 46,82 | 197,37 | 1260,30 | 1792 | 55,05 | 57,03 | 242,82 | 1719,7 3 |

Заведующий производством:

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА