

Меню

Кухни детского сада №22
 21 апреля 2021г

Утверждаю
 заведующий д/с №22

дети до 3 лет



Наименование	Бел-ки	Жи-ры	Угле-воды	Ккал	Выход
Завтрак					
Каша кукурузная молочная жидкая	4,5	6	27,3	177	150/4
Яйцо вареное	2,55	2,3	0,15	31,5	20
Бутерброд с маслом	6,7	9,6	13,2	167	20/5
Какао с молоком	2,4	2,3	10,2	69	150
	16,15	20,2	50,85	444,5	349
Обед					
Салат картофельный с зеленым горошком	0,16	0,02	0,34	2,6	40
Суп Салма на курином бульоне без мяса	1,7	1,7	10,7	66	150
Куры отварные	7,5	10,6	7,6	157	50
Каша рисовая рассыпчатая	2,2	6,1	15,1	126	120/4
Компот из изюма	0,7	0,04	20,6	82	150
Хлеб пшеничный	0,24	0,24	9,6	67,2	20
Хлеб ржаной	1,12	0,24	9,88	46,4	40
	13,62	18,94	73,82	547,2	574
Полдник					
Снежок	7,5	4,8	12,75	156,6	150
Печенье «Лакомка»	1,17	4,44	20,1	115,2	30
	8,67	9,24	32,85	271,8	180
Ужин					
Запеканка из творога с морковью с соусом молочным сладким	15,1	13,3	30	299,8	100/30
Яблоко порционно	0,4	0,4	9,8	47	95
Чай с сахаром, с молоком	1,32	1,32	7,44	45,6	150
Хлеб пшеничный	0,24	0,24	9,6	67,2	20
	17,06	15,26	56,84	459,6	405

Директор:

Зав.произ-м:

Бухгалтер:

Мед.сестра:

Меню

Кухни детского сада №22
 21 апреля 2021г

Утверждаю
 заведующий д/с №22

дети от 3 до 7 лет



Наименование	Бел-ки	Жи-ры	Угле-воды	Ккал	Выход
Завтрак					
Каша кукурузная молочная жидкая	4,5	6	27,3	177	150/5
Яйцо вареное	2,55	2,3	0,15	31,5	20
Бутерброд с маслом	6,7	9,6	13,2	167	30/10
Какао с молоком	2,4	2,3	10,2	69	180
	16,15	20,2	50,85	444,5	395
Обед					
Салат картофельный с зеленым горошком	0,16	0,02	0,34	2,6	60
Суп Салма на курином бульоне без мяса	1,7	1,7	10,7	66	200
Куры отварные	7,5	10,6	7,6	157	50
Каша рисовая рассыпчатая	2,2	6,1	15,1	126	150/5
Компот из изюма	1	0	25	99	180
Хлеб пшеничный	0,24	0,24	9,6	67,2	25
Хлеб ржаной	1,12	0,24	9,88	46,4	50
	13,92	18,9	78,22	564,2	720
Полдник					
Снежок	9	5,76	17	174	180
Печенье «Лакомка»	1,17	4,44	20,1	115,2	30
	10,17	10,2	37,1	289,2	180
Ужин					
Запеканка из творога с морковью с соусом молочным сладким	15,1	13,3	30	299,8	100/30
Яблоко порционно	0,4	0,4	9,8	47	100
Чай с сахаром, с молоком	1,32	1,32	7,44	45,6	180
Хлеб пшеничный	0,24	0,24	9,6	67,2	25
	17,06	15,26	56,84	459,6	435

Директор: 

Зав.произ-м: 

Бухгалтер: 

Мед.сестра: