

МБДОУ № 274

Утверждаю:

И.о. заведующего _____ Канищева М.С.

Меню 24 Сентября 2021г. Д/с туб

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
Каша овсяная из хлопьев овсяных "Геркулес"	200	189.59
Бутерброд с маслом	33/13	172.28
Кофейный напиток с молоком	200	122.17
10 ЧАСОВ		
Сок	200	80.09
ОБЕД		
Огурец (помидор) свежий	60	6.24
Свекольник с мясом, со сметаной	206/18	131.23
Фрикадельки из говядины.	140	313.63
Картофельное пюре	110	105.43
Компот из сухофруктов	180	53.99
Хлеб пшеничный	25	58.60
Хлеб ржаной	50	97.40
ПОЛДНИК		
Кисломолочный напиток	170	86.53
Булочка наливная	125	398.14
УЖИН		
Омлет с зеленым горошком	200	221.86
Хлеб пшеничный	34	79.70
Чай с сахаром	200	43.97
Конфета шоколадная	20	111.56
Фрукты свежие	208	84.86

Итого калорийность: 2357.27 Ккал.

МБДОУ № 274

Утверждаю:

И.о. заведующего _____ Канищева М.С.

Меню 24 Сентября 2021г. Ясли

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
Каша овсяная из хлопьев овсяных "Геркулес"	150	138.17
Бутерброд с маслом	18/6	86.76
Кофейный напиток с молоком	180	82.38
10 ЧАСОВ		
Сок до 3х лет	100	42.40
ОБЕД		
Огурец (помидор) свежий	30	3.12
Свекольник с мясом, со сметаной	150/15	91.88
Фрикадельки из говядины.	60	142.69
Картофельное пюре	100	93.99
Компот из сухофруктов	150	29.27
Хлеб пшеничный	12	28.13
Хлеб ржаной	40	77.92
ПОЛДНИК		
Кисломолочный напиток	150	76.35
Булочка наливная	60	228.33
УЖИН		
Омлет с зеленым горошком	200	221.86
Хлеб пшеничный	25	58.60
Чай с сахаром	150	18.02
Конфета шоколадная	20	111.56
Фрукты свежие	99	40.39

Итого калорийность: 1571.82 Ккал.

МБДОУ № 274

Утверждаю:

И.о. заведующего _____ Канищева М.С.

Меню 24 Сентября 2021г. Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес,гр.	Калор,кк.
ЗАВТРАК		
Каша овсяная из хлопьев овсяных "Геркулес"	200	185.22
Бутерброд с маслом	29/7	120.53
Кофейный напиток с молоком	180	83.65
10 ЧАСОВ		
Сок	100	42.40
ОБЕД		
Огурец (помидор) свежий	50	3.89
Свекольник с мясом, со сметаной	206/15	109.09
Фрикадельки из говядины.	70	169.83
Картофельное пюре	140	131.41
Компот из сухофруктов	180	33.65
Хлеб пшеничный	22	51.57
Хлеб ржаной	50	100.38
ПОЛДНИК		
Кисломолочный напиток	170	85.27
Булочка наливная	70	220.02
УЖИН		
Омлет с зеленым горошком	200	213.89
Хлеб пшеничный	25	66.83
Чай с сахаром	200	24.03
Конфета шоколадная	20	116.80
Фрукты свежие	100	40.67

Итого калорийность: 1799.13 Ккал.