

Утверждено приказом

МБДОУ "Детский сад №1

"Машин" с.п.г.вардское"

от 02.09.2024г. №

1/3

## МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МАННАЯ		155	3,5	2,5	20,6	118,1
КРУПА МАННАЯ	27	27	2,7	0,3	18,5	86,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	27,7	27,7	0,8	0,9	1,3	16,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90,8	90,8	0	0	0	0,0
СУХАЯ СМЕСЬ "НУТРИНОР"	2,5	2,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,7	1,7	0	1,4	0	12,3
САХАР ПЕСОК	0,9	0,9	0	0	0,9	3,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		35/5	2,6	4,4	10,8	93,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,5	0	22,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	21	21	1,6	0,6	10,8	55,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	5	4,55	1,1	1,3	0	16,1
КАКАО С МОЛОКОМ		160	2,8	2,9	7,5	68,4
КАКАО-ПОРОШОК	1,8	1,8	0,4	0,3	0,2	5,0
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0	0	3,4	13,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	85,6	85,6	2,4	2,6	3,9	49,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	73,3	73,3	0	0	0	0,0
			<b>8,9</b>	<b>9,8</b>	<b>38,9</b>	<b>280,0</b>
<b>II Завтрак</b>						
ВАФЛИ		12	0,3	0,4	9,3	42,5
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	12	12	0,3	0,4	9,3	42,5
ЧАЙ С САХАРОМ		100/5			6,9	27,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,1	29,1	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	77,6	77,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7,1	7,1	0	0	6,9	27,5
			<b>0,3</b>	<b>0,4</b>	<b>16,2</b>	<b>70,0</b>
<b>Обед</b>						
СУП ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ НА М/Б		150	6,3	3,7	16,0	125,3
ФАСОЛЬ	28,8	28,2	5,7	0,6	12,9	81,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,8	11,4	0,2	0	0,9	4,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,9	3,9	0	3,1	0	28,3
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	3	2,4	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142,8	142,8	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	17,6	13,2	0,3	0,1	2,1	9,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
ПЛОВ С МЯСОМ		130	11,2	10,3	22,0	225,2
ГОВЯДИНА Б/К	55,56	50	9	7,8	0	105,7
КРУПА РИСОВАЯ	29,4	29,4	2	0,3	21,1	95,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0	2,2	0	20,1

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,2	0,1	0	0,4	2,0
МОРКОВЬ	8,75	7	0,1	0	0,5	2,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ		30	0,5	2,5	1,3	29,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	29,6	23,7	0,4	0	1,1	6,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,8	3,19	0	0	0,3	1,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5	0	2,4	0	21,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
КОМПОТ		150			6,8	27,1
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	37,5	37,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,2	152,2	0	0	0	0,0
ХЛЕБ		35	2,7	0,2	17,6	82,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	35	35	2,7	0,2	17,6	82,9
			<b>20,7</b>	<b>16,7</b>	<b>63,7</b>	<b>490,0</b>

### Уплотненный полдник

БАНАН		150	2,3	0,8	31,5	144,0
БАНАН	214,4	150	2,3	0,8	31,5	144,0
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ С ТВОРОГОМ		150/30	14,0	26,4	11,7	343,3
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	68,3	68,3	11,9	5,9	1,9	111,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	14,03	14,03	1,5	0,2	9,5	45,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	3,9	0,5	0,4	0	5,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	24,8	24,8	0,1	19,9	0,2	179,9
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ		185/15/7	0,1		17,9	72,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27,2	27,2	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	18,3	18,3	0	0	17,8	70,8
ЛИМОН	7,1	4,3	0	0	0,1	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	158,4	158,4	0	0	0	0,0
			<b>16,4</b>	<b>27,2</b>	<b>61,1</b>	<b>560,0</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>46,3</b>	<b>54,1</b>	<b>179,9</b>	<b>1 400,0</b>