

Утверждено приказом

МБДОУ "Детский сад №1

"Малыш" с.п.г.вардейское"

от 02.09.2024г. №

115



# МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША "ДРУЖБА"		150	3,4	4,4	12,9	105,1
КРУПА РИСОВАЯ	6	5,94	0,4	0,1	4,3	19,2
ПШЕНО	6	5,94	0,7	0,2	4,1	20,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	41,2	41,2	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	81,9	81,9	2,3	2,5	3,7	47,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
САХАР ПЕСОК	0,9	0,9	0	0	0,9	3,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		35/5	1,6	4,3	13,6	98,8
ДЖЕМ	4,5	4,5	0	0	3,3	12,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5	0	3,7	0	33,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,5	0,6	10,3	52,4
КАКАО С МОЛОКОМ		160	3,1	3,2	8,4	76,1
КАКАО-ПОРОШОК	1,8	1,8	0,4	0,3	0,2	5,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	95,5	95,5	2,7	3	4,4	55,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	81	81	0	0	0	0,0
			<b>8,1</b>	<b>11,9</b>	<b>34,9</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	28,5	28,5	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 КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/Б		150	1,5	2,5	11,5	74,8
КАРТОФЕЛЬ	89,81	67,36	1,3	0,3	10,7	50,3
МОРКОВЬ	7,5	6	0,1	0	0,4	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,1	6	0,1	0	0,5	2,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0	2,2	0	20,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
РЫБА ТУШЕНАЯ		50	4,4	4,0		53,9
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	29,6	28,48	4,5	0,2	0	19,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	11,6	11,6	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		110	5,0	7,0	32,0	211,2

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	46,7	46,7	4,9	0,6	31,9	153,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0	6,4	0,1	58,0
САЛАТ МОРКОВНЫЙ С ЗЕЛ. ГОРОШ.		30	0,4	3,8	2,1	44,5
МОРКОВЬ	36	28,8	0,4	0	1,9	9,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,9	3,9	0	3,8	0	34,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	2,8	1,8	0,1	0	0,1	0,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
КОМПОТ		150			7,7	31,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	37,5	37,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,2	152,2	0	0	0	0,0
ХЛЕБ		35	2,4	0,2	15,8	74,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	31,5	31,5	2,4	0,2	15,8	74,6
			<b>13,7</b>	<b>17,5</b>	<b>69,1</b>	<b>490,0</b>
<b>Уплотненный полдник</b>						
ЙОГУРТ		200	5,6	5,0	9,0	113,0
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	5	9	113,0
СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ		180	6,3	21,5	18,8	295,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	164,6	164,6	4,7	5,1	7,5	95,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	20	20	0,1	16	0,2	145,1
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	13,3	13,17	1,6	0,4	7,3	39,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ЧАЙ С САХАРОМ		185/15			17,4	69,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,2	0	0,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	18	18	0	0	17,5	69,6
ХЛЕБ		40	2,7	0,4	17,0	81,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
			<b>14,6</b>	<b>26,9</b>	<b>62,2</b>	<b>560,0</b>
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>36,7</b>	<b>56,7</b>	<b>182,4</b>	<b>1 400,0</b>