

МКДОУ «Краснослободский
детский сад»

Утверждаю:
Заведующий детским садом
Вялкова Людмила Яковлевна
(подпись)

Меню на день 22.12.2022 г.

10 день: Столовая

Категория : дети от 1,5 до 3 лет

Прием пищи	Наименовани е блюда	Выход блюда , г.	Пищевые вещества, г.			Энергетиче ская ценность, ккал.	Витамин С, мг.	№ рецепт уры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша рисовая	150	2,31	3,05	24,06	132,75	0	168
	Хлеб пшеничный	10	0,71	0,11	4,64	22,9	0	1
	Бутерброд с сыром	10 5	2,05	1,47	4,64	40,9	0,14	Д 15
	Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89	1,2	397
2-й завтрак	Напиток кисломолочн ый Снежок	150	4,05	3,75	16,2	118,5	1,35	88
Обед	Салат из свеклы	30	0,41	2,48	2,04	32	0,58	2 0 /1
	Рассольник	150	1,63	3,24	11,7	83,9	14,85	Ж/4
	Капуста тушеная	100	2,34	2,81	10,51	76,7	0	40
	Подлив	30	0,25	1,1	1,35	16,5	1,2	Е 4
	Котлета куриная	50	9,6	5,2	7,1	111,5	0	71
	Хлеб пшеничный	20	1,42	0,22	9,28	45,8	0	1
	Хлеб ржаной	30	1,56	0,36	13,29	64,2	0	1
	Напиток витаминизир ованный	150	0	0	14,25	60	15	
Уплотне нный полдник	Запеканка из творога со сгущенным молоком	100/15	15,84	11,59	15,37	232	0,57	А-30
			1,02	1,27	8,4	49,5		
	Чай	150	0	0	6,82	26,2	0	10 10
Итого за 8 день			46,34	39,37	162,61	1202,35	34,89	

