МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 11 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА"
Коротаева Елена Владимировна, заведующий. Удостоверяющий центр АО "ЦЕНТРИНФОРМ". Серийный номер сертификата 01 7f 0b 72 01 5a ac db 87 4d 20 f5 f8 61 96 96 4b
2022.01.18 13:36:03+12'00'

МЕНЮ НА 19.01.2022

		1,5 - 3 года					3 - 7 лет			
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)		
			Б	Ж	У			Б	Ж	У
Завтрак										
235	Пудинг из творога с изюмом запеченный	115	11,8	11,6	8,9	201,00	140	14,8	14,5	9,90
	Варенье	20	0,6	0,6	1,4	43,20	25	1,20	1,0	2,92
	Батон	20	1,5	0,54	9,7	48,64	30	2,9	1,01	15,60
1195 к	Чай зеленый с молоком с сахаром	170	1,0	1,2	9,2	52,40	190	1,5	1,6	12,1
Завтрак2										
10-00	Нектар овощной	100	0,1	0,00	10,3	42,00	100	0,1	0,00	10,3
Обед										
559 (з)	Салат зеленый с помидорами с растительным маслом	40	0,4	2,8	1,1	32,40	60	0,6	5,5	1,7
157 (86)	Суп рыбный по - шведски (консервы сайра)	170	2,4	4,2	6,6	112,27	200	3,0	5,2	14,8
165	Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)	115	4,1	5,2	21,5	193,83	140	4,8	6,1	23,3
131	Олальи из печени	60	11,2	9,9	4,2	157,70	80	14,9	13,2	5,6
354	Соус сметанный	15	0,2	0,9	1,2	16,1	20	0,37	1,38	1,9
376	Компот из сушеных фруктов (курага)	170	0,8	0,1	14,4	62,70	190	0,96	0,12	17,28
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта.	20	1,5	0,54	9,7	48,64	30	2,9	1,01	15,60
Полдник										
	Молоко обогащенное йодказеином "Умница"	170	4,3	4,8	7,1	103,00	190	5,6	5,2	8,5
	Вафли	25	2,1	4,2	46,2	165,80	25	2,1	4,2	46,2
Ужин										
342./273.	Рагу из овощей с сердцем отварным (100/60)	170	8,1	17,8	9,1	228,00	200	9,80	20,81	11,40
	Дополнительный гарнир: огурец свежий	20	0,2	0,02	0,8	3,50	25	0,25	0,03	1,00
394	Чай с молоком с сахаром	170	1,1	1,2	9,3	53,20	190	1,5	1,7	12,1
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	25	1,47	0,45	13,11
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	20	1,5	0,54	9,7

			Пищевые вещества (г)			**Энерге-тическая ценность (ккал)**		**Пищевые вещества (г)**		
			Б	**Ж**	**У**			**Б**	**Ж**	**У**
			54,9	**66,9**	**200,2**	**1704,2**		**71,7**	**84,1**	**246,2**

Энерге-тическая ценность (ккал)
251,20
66,32
79,10
64,20
42,00
48,60
140,34
231,98
210,30
19,00
75,24
79,10
103,00
165,80
299,45
4,38
65,5
59,63
48,64

Энерге-тическая ценность (ккал)
2113,4