



Заведующая МДОУ № 68

## МЕНЮ

26 сентября 2024г.

| Наименование блюда                   | Ясли                       |             | Сад         |             |
|--------------------------------------|----------------------------|-------------|-------------|-------------|
|                                      | Выход                      | Ккал.       | Выход       | Ккал.       |
|                                      | <b>Завтрак</b>             |             |             |             |
| Каша манная молочная жидкая с малом  | 150                        | 175         | 180         | 199         |
| Кофейный напиток с молоком           | 150                        | 83          | 180         | 99          |
| Масло сливочное                      | 15                         | 100         | 15          | 100         |
| Яйцо вареное                         | 1 шт                       | 24          | 1 шт        | 24          |
| Батон йодированный                   | 20                         | 62          | 30          | 63          |
| <b>Итого:</b>                        | <b>377</b>                 | <b>444</b>  | <b>447</b>  | <b>485</b>  |
|                                      | <b>2 завтрак</b>           |             |             |             |
| Чай с шиповником                     | 150                        | 54          | 180         | 65          |
| Кондитерское изделие                 | 1 шт                       | 57          | 1 шт        | 57          |
| <b>Итого:</b>                        | <b>150</b>                 | <b>111</b>  | <b>180</b>  | <b>122</b>  |
|                                      | <b>Обед</b>                |             |             |             |
| Рассольник ленинградский со сметаной | 160                        | 163         | 180         | 163         |
| Рагу из овощей с мясом               | 150                        | 188         | 200         | 205         |
| Овощи свежие                         | 30                         | 7           | 50          | 12          |
| Напиток из смеси сухофруктов         | 150                        | 73          | 180         | 82          |
| Хлеб ржаной                          | 30                         | 60          | 50          | 63          |
| <b>Итого:</b>                        | <b>520</b>                 | <b>491</b>  | <b>660</b>  | <b>525</b>  |
|                                      | <b>Уплотненный полдник</b> |             |             |             |
| Пудинг из творога с фруктовым джемом | 100/20                     | 305         | 120/20      | 358         |
| Кисель из ягод с/м                   | 150                        | 99          | 180         | 107         |
| Масло сливочное                      | 10                         | 67          | 10          | 67          |
| Сыр порциями                         | 10                         | 67          | 10          | 67          |
| Батон йодированный                   | 20                         | 62          | 30          | 63          |
| <b>Итого:</b>                        | <b>310</b>                 | <b>466</b>  | <b>360</b>  | <b>528</b>  |
| <b>Итого за день:</b>                | <b>1357</b>                | <b>1512</b> | <b>1647</b> | <b>1660</b> |

Зав.производством

*О.И. Барогинишкова*