



Согласовано: И.О. Заведующего МАДОУ №33 "Золушка"
Е.А. Бобровникова

Утверждаю:
ИП Юлгуляева



Меню на 11 июня ДЕТИ (3-7 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г)
<u>Завтрак</u>		
5	Сыр порционно	кКал-17, Бел-1, Жир-1
150	каша молочная рисовая	кКал-164, Бел-4, Жир-5, Угл-24
180	Чай с сахаром.	кКал-22, Угл-8
30	Хлеб пшеничный витаминизированный	кКал-82, Бел-3, Жир-1, Угл-13
Итого за Завтрак		кКал-285, Бел-8, Жир-8, Угл-45
<u>завтрак 2</u>		
150	Напиток из шиповника	кКал-47, Угл-10
Итого за завтрак 2		кКал-47, Угл-10
<u>Обед</u>		
50	Салат из моркови	кКал-18, Бел-1, Угл-3
180	Свекольник со сметаной	кКал-92, Бел-2, Жир-4, Угл-11
50	Биточные рыбные (минтай)	кКал-120, Бел-7, Жир-7, Угл-8
130	Картофельное пюре..	кКал-118, Бел-2, Жир-4, Угл-17
180	Компот из с/ф.	кКал-80, Бел-1, Угл-18
40	Хлеб ржано-пшеничный	кКал-92, Бел-4, Жир-1, Угл-17
Итого за Обед		кКал-520, Бел-17, Жир-16, Угл-75
<u>Полдник 1</u>		
60	Пирожки печеные с повидлом	кКал-151, Бел-4, Жир-3, Угл-26
180	Чай полусладкий	кКал-23, Угл-8
Итого за Полдник 1		кКал-174, Бел-4, Жир-3, Угл-35

Меню на 11 июня СОТРУДНИКИ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г)
<u>Обед</u>		
180	Свекольник со сметаной	кКал-92, Бел-2, Жир-4, Угл-11
180	Компот из с/ф.	кКал-80, Бел-1, Угл-18
40	Хлеб ржано-пшеничный	кКал-92, Бел-4, Жир-1, Угл-17
Итого за Обед		кКал-520, Бел-17, Жир-16, Угл-75

Меню на 11 июня ЯСЛИ (1,5-3 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
5	Сыр порционно	кКал-17, Бел-1, Жир-1
130	каша молочная рисовая	кКал-142, Бел-3, Жир-5, Угл-21
150	Чай с сахаром.	кКал-18, Угл-7
30	Хлеб пшеничный витаминизированный	кКал-82, Бел-3, Жир-1, Угл-13
Итого за Завтрак		кКал-259, Бел-8, Жир-7, Угл-40
<u>завтрак 2</u>		
150	Напиток из шиповника	кКал-47, Угл-10
Итого за завтрак 2		кКал-47, Угл-10
<u>Обед</u>		
40	Салат из моркови	кКал-13, Бел-1, Угл-2
180	Свекольник со сметаной	кКал-77, Бел-1, Жир-3, Угл-9
50	Биточные рыбные (минтай)	кКал-120, Бел-7, Жир-7, Угл-8
110	Картофельное пюре..	кКал-100, Бел-2, Жир-3, Угл-15
150	Компот из с/ф.	кКал-67, Бел-1, Угл-15
32	Хлеб ржано-пшеничный	кКал-74, Бел-4, Жир-1, Угл-13
Итого за Обед		кКал-450, Бел-15, Жир-15, Угл-63
<u>Полдник 1</u>		
60	Пирожки печеные с повидлом	кКал-151, Бел-4, Жир-3, Угл-26
150	Чай полусладкий	кКал-19, Угл-7