

03.04.2024

# МЕНЮ

День 8

Утверждаю:  
Заведующий

М.А.Д.Политкина



Название блюд и продуктов	Если					Выход г	Белки г	Жиры г	Угле- г	ккал	Выход г	Белки г	Жиры г	Угле- г	ккал
	Выход г	Белки г	Жиры г	Угле- г	ккал										
<b>Завтрак</b>															
1. Каша гречневая вязкая	153	5,96	6,16	26,35	184,63	204	7,94	8,21	35,13	246,17					
2. Кофейный напиток	150	2,10	2,40	14,79	82,02	200	2,79	3,19	19,71	108,69					
3. Бутерброд с маслом и сыром	45	4,73	6,88	14,56	139,00	60	6,66	8,45	19,39	180,00					
<b>2 Завтрак</b>															
1. Банан	100	1,50	0,50	21,00	95,00	100	1,50	0,50	21,00	95,00					
<b>Обед</b>															
1. Салат из свеклы с чернослив	40	0,57	4,03	6,52	64,59	60	0,71	5,03	8,14	80,73					
2. Суп картофельный с горохом	150	1,41	2,34	8,17	59,28	200	1,87	3,11	10,89	79,03					
3. Котлета рубл из птицы/ молот	60/25	9,43	10,56	6,42	159,32	70/30	11,02	12,45	7,52	186,09					
4. Макароны отварные	120	3,06	4,09	21,00	132,38	130	3,22	3,66	23	143					
5. Напиток из шиповника	150	0,51	0,00	15,76	79,30	200	0,68	0,00	21,01	102,04					
6. Хлеб пшеничный	20	1,48	0,58	10,28	50	25	1,78	0,70	12,30	60,00					
7. Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	10,83	49,50	35	1,96	0,39	15,16	69,30					
<b>Полдник</b>															
1. Ватрушка с творожным фарш	45	5,52	1,98	31,44	164,71	60	7,08	2,63	41,81	219,07					
2. Снежок	150	4,20	3,75	7,05	87,00	200	5,04	4,50	8,46	104,40					
<b>Ужин</b>															
1. Суп молочный с рисом	180	5,40	9,00	24,68	181,88	200	7,20	12,00	32,90	242,50					
2. Чай с лимоном	150	0,05	0,00	11,49	43,09	200	0,12	0,00	12,04	48,64					
3. Хлеб пшеничный	20	1,48	0,58	10,28	50	25	1,78	0,70	12,30	60,00					
<b>ИТОГО</b>	<b>1438</b>	<b>48,80</b>	<b>53,13</b>	<b>240,62</b>	<b>1621,70</b>	<b>1739,00</b>	<b>61,35</b>	<b>65,52</b>	<b>300,76</b>	<b>2024,66</b>					

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА № 33 Г.  
ТОМСКА, Политкина Екатерина Анатольевна, Заведующий

29.03.24 06:26 (MSK)

Сертификат B5C46EBEAD7E89EBB6B6B6B106BC9