

МБДОУ

«Детский сад № 97 комбинированного вида»

Меню на 28 мая

Завтрак

выход блюд (гр.)

	Ясли	Сад	Сад 10	Калорийность		
	Ясли	Сад	Сад 10	Ясли	Сад	Сад 10
Каша пшеничная	150	200	150	161,0	216,4	161
молоком зерновое						
бананы	25	25	25	88,1	66	66
с маслом	5	5	5	33,1	33,1	33,1
кисломолочный	150	200	150	94,5	126	94,5
Итого:				354,6	441,5	354,6
ИТОГО СУММА:				32,07	38,38	32,19

Обед

Свекольный	150	200	150	62,3	82,1	62,3
со сметаной	7	8	7	6,4	8,8	6,4
мякоть курицы	30	50	30	163,4	273,6	163,4
в соусе	30	50	30	17,2	28,7	17,2
Компот из фруктов	100	130	100	131	170,3	131
Хлеб багет	40	50	40	88	110	88
Хлеб ржаной	30	30	30	66	66	66
Напиток из сока	150	200	150	49,1	65,5	49,1
Итого:				583,5	810,1	583,5
ИТОГО СУММА:				47,16	62,92	46,23

«Уплотненный» полдник с включением блюд ужина

Салат овощной	50	70	50	37	62,3	37
Фруктовый	75	90	75	83,3	117,9	83,3
Хлеб багет	20	20	20	44	44	44
Чай с/с	150	200	150	28,8	38,3	28,8
Итого:				237,3	328,3	237,3
ИТОГО СУММА:				27,01	33,44	27,51
ИТОГО СУММА ЗА ДЕНЬ:				106,23	141,74	106,53

заведующий И.А. Никифорова

калькулятор Г.И. Черноскутова