

МБДОУ

«Детский сад № 97 комбинированного вида»

Меню на 10 сентября

Завтрак

выход блюд (гр.)

Если Сад Сад 10 Калорийность
Если Сад Сад 10

Каши пшеничная	150	200	150	152	204	152
молоком ягнел						
банан	25	30	25	66	77	66
с маслом	5	5	5	33,1	33,1	33,1
Чай с медом	150	200	150	94,5	126	94,5
Итого:				345,6	473	345,6
ИТОГО СУММА:				32,51	39,59	32,02

Обед

Курица	150	200	150	77,9	103,9	77,9
Далы овощные	130	150	130	99,1	115,2	99,1
картофель порционный	60	80	60	193,8	258,4	193,8
Хлеб ватик	40	50	40	88	110	88
Хлеб ржаной	30	35	30	66	77	66
Фрукты и ягоды	150	200	150	51,5	69,5	51,5
Итого:				576,3	767,1	576,3
ИТОГО СУММА:				51,18	65,71	51,56

«Уплотненный» полдник с включением блюд ужина

Морковь кусоч.	30	50	30	9,9	16,5	9,9
Запекан. из творога	110	126	110	206	235,9	206
Соус из кефир	30	50	30	19,9	33,1	19,9
Хлеб ватик	20	20	20	44	44	44
Морож. из сока	150	200	150	49,1	65,5	49,1
Итого:				378,9	525,1	378,9
ИТОГО СУММА:				54,34	63,8	54,84
ИТОГО СУММА ЗА ДЕНЬ:				138,32	169,1	138,42

заведующий

И.А.Никифорова

калькулятор

Г.И.Черноскутова

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 133397933100110045794213742499444592196809849527

Владелец Никифорова Ирина Александровна

Действителен с 08.09.2025 по 08.09.2026