

МБДОУ

«Детский сад № 97 комбинированного вида»

Завтрак

Меню на

20 ноября

выход блюд (гр.)

если сад 12 сад 10

Калорийность

если сад 12 сад 10

Чаша молочная	150	200	150	152	204	152
яичная						
Банан	30		30	66	-	66
Зоряний бутерброд	-	48	-	-	166	-
Фрукты	150	200	150	81,5	109,6	81,5
Итого:						
ИТОГО СУММА:				335,5	479,9	335,5

Обед

Суп из овощей	150	200	150	60,2	80,1	60,2
с картофелем	6	7	6	6,4	8,8	6,4
курица в суп	6	6	6	32,3	32,3	32,3
Биточки, крендели	50	75	50	135,8	205,1	135,8
Мясокар. из св. отв.	100	130	100	153,5	197,7	153,5
Творог	30	50	30	17,2	28,7	17,2
Хлеб бел. пшенич.	40/30	50/40	40/30	88/66	110/77	88/66
Фрукты из сахара	150	200	150	51,3	69,2	51,3
Итого:				610,7	841,9	610,7
ИТОГО СУММА:				49,05	65,8	48,5

«Уплотненный» полдник с включением блюд ужина

Курица кабачков	25	30	25	23,8	28,5	23,8
Карий. заливной	135	150	135	195,8	216,8	196,6
с картофелем						
Хлеб ватрушки	20	20	20	44	44	44
Фрукты из сахара	150	200	150	49,1	65,5	49,1
Итого:				356,7	414,8	356,7
ИТОГО СУММА:				32,87	36,31	31,95
ИТОГО СУММА ЗА ДЕНЬ:				118,72	164,31	117,29

Заведующий

И.А. Никифорова

Калькулятор

Мерз. 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