

Утверждаю: вр.и.о. заведующий \_\_\_\_\_

Кулева О.В.

МБДОУ «Детский сад комбинированного вида № 6»

# **МЕНЮ на 18 АВГУСТА 2020**



| прием<br>пищи        | наименование блюда                                   | выход блюда |             | энергетическая<br>ценность (ккал) |                |
|----------------------|------------------------------------------------------|-------------|-------------|-----------------------------------|----------------|
|                      |                                                      | я           | с           | я                                 | с              |
| завтрак              | омлет с маслом слив                                  | 130         | 155         | 224,77                            | 268            |
|                      | кофейный напиток на<br>молоке                        | 180         | 200         | 70                                | 93             |
|                      | хлеб пшеничный                                       | 30          | 40          | 67,8                              | 90,4           |
|                      | сыр российский                                       | 15          | 22          | 54                                | 72             |
|                      | масло сливочное                                      | 5           | 8           | 33,1                              | 52,96          |
| <b>ИТОГО</b>         |                                                      | <b>360</b>  | <b>425</b>  | <b>449,67</b>                     | <b>576,36</b>  |
| 2-й<br>завтрак       | яблоки                                               | 100         | 110         | 47                                | 51,7           |
| <b>ИТОГО</b>         |                                                      | <b>100</b>  | <b>110</b>  | <b>47</b>                         | <b>51,7</b>    |
| обед                 | суп картофельный с<br>бобовыми на курином<br>бульоне | 150         | 200         | 81                                | 108            |
|                      | котлета куриная                                      | 60          | 70          | 132                               | 154            |
|                      | пюре картофельное с<br>масло слив                    | 100         | 150         | 92                                | 138            |
|                      | помидор свежий                                       | 20          | 20          | 8                                 | 8              |
|                      | компот из кураги                                     | 160         | 180         | 84,75                             | 113            |
|                      | хлеб ржаной                                          | 40          | 50          | 74,72                             | 93,4           |
| <b>ИТОГО</b>         |                                                      | <b>530</b>  | <b>670</b>  | <b>472,47</b>                     | <b>614,4</b>   |
|                      | печенье                                              | 40          | 50          | 170,8                             | 213,5          |
|                      | йогурт                                               | 160         | 200         | 76                                | 101,3          |
| <b>ИТОГО</b>         |                                                      | <b>200</b>  | <b>250</b>  | <b>246,8</b>                      | <b>314,8</b>   |
| ужин                 | капуста тушеная со<br>слив.маслом                    | 180         | 210         | 144                               | 165,9          |
|                      | чай сладкий                                          | 190         | 200         | 36                                | 40             |
|                      | хлеб пшеничный                                       | 30          | 40          | 67,8                              | 90,4           |
| <b>ИТОГО</b>         |                                                      | <b>400</b>  | <b>450</b>  | <b>247,8</b>                      | <b>296,3</b>   |
| <b>ИТОГО за день</b> |                                                      | <b>1590</b> | <b>1905</b> | <b>1463,74</b>                    | <b>1853,56</b> |