

АО "ФИРМА ФЛОРИДАН"

"СОГЛАСОВАНО"

Заведующий ГБДОУ детский сад № 45

— /Е.Д. Спичак/

МЕНЮ

Сад 10,5 часов

10 день					
Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	5,53	5,13	26,02	173,17
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,60	0,54	24,92	107,60
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,10	1,70	11,80	73,60
Итого за прием пищи:	400	9,23	7,37	62,74	354,37
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Итого за прием пищи:	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0,66	0,12	2,28	13,20
РАССОЛЬНИК (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	2,53	7,51	11,96	117,24
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	7,54	9,60	7,24	173,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	135	2,92	4,06	24,76	146,63
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,44	18,52	88,40
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,13	0,01	10,41	44,80
Итого за прием пищи:	715	17,88	22,28	85,77	636,87
Полдник					
БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	50	4,00	8,20	26,15	186,50
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,20	25,18
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)	100	0,40	0,30	10,30	47,00
Итого за прием пищи:	330	4,5	8,5	42,65	258,68
Всего за день:		32,61	38,35	211,36	1 341,92