



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ - детский сад № 186
Ю.В.Тонкова

Российская Федерация г. Екатеринбург
Администрация дошкольного образования
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 186»
ОГРН 1026602960768

МЕНЮ НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ
29 мая 2023 г.

Понедельник 1								
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Вит С	№ т/к
			Всего	Всего				
ЗАВТРАК								
1	Каша пшеничная на молоке со слив. маслом	200/150	6,50	6,00	31,20	206,00	0,42	15/4
2	Кофейный напиток с молоком	180/150	3,00	2,9	13,4	89	0,52	13/10
3	Батон с маслом	30/5,30/3	3,90	7,70	23,50	181,00	0,00	7.035-1
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	Фрукты	120/100	0,4	0,4	9,8	47	10	7.008
Итого за прием			13,8	17	77,9	521,8	0,94	
ОБЕД								
1	Салат из белокач.капусты с огурцами и раст.маслом	50/40	0,8	0,1	1,7	13	5	4.7/1
2	Суп картофельный с крупой	200/180	2,7	4,4	16,3	117	13,6	16/2
3	Суфле из мяса говядины	80/70	18	13,6	2,2	203	0,05	26/8
4	Картофельное пюре	160/150	3,1	4,2	20,6	135	10,74	3/3
5	Компот из кураги и изюма	200/180	0,3	0	18,4	71	50,08	4/10
6	Хлеб пшеничный (обогащённый)	20/10	1,32	0,13	9,34	44,88	0	7.051
7	Хлеб ржаной	35/25	1,32	0,24	6,68	35,36	0	7.002/1
Итого за прием			27,94	21,37	68,22	585,24	102,13	
УПЛОТНЁННЫЙ УЖИН								
1	Суп молочный с макаронными изделиями	200/180	3,4	3,7	12,0	95	0,42	21/2
2	Кондитерское изделие	25	5,6	5,0	76,3	362	0	23/12-1
3	Чай	180/160	0,1	0	9,2	36	0,8	10/10
Итого за прием			11	13,5	95,6	548	1,22	
Итого за день			52,74	51,87	241,72	1655,04	104,29	

Цена дня-116,68 руб. –ясли;

141,70 руб. –сад.