



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

**МЕНЮ НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ**

2 августа 2023 г.

Среда 1									
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки,	Жиры,	Углеводы,	ЭЦ,	Вит С	№ т/к	
			г	г					г
			Всего	Всего					
<b>ЗАВТРАК</b>									
1	Суп молочный с крупой	200/150	3,5	4,2	14,2	108	0,52	22/2	
2	Чай с молоком	180/150	1,4	1,4	11,2	61	0,26	12/10	
3	Батон с маслом	30/5/10, 30/3/5	3,90	7,70	23,50	181,00	0,00	7.035-1	
4									
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>									
1	Сок	120/100	4	3,6	14,1	89	0,52	20/10	
<b>Итого за прием</b>			<b>10,3</b>	<b>13,8</b>	<b>69,9</b>	<b>446</b>	<b>10,78</b>		
<b>ОБЕД</b>									
1	Салат из белокоч. капусты с раст.маслом	50/40	1,0	4,0	6,5	65	24,26	3/1	
2	Суп картофельный с рыбой	200/150	7,2	4,1	13	119	15,35	19/2	
3	Мясо говядины тушеное с овощами	180/150	15,7	15,7	19,8	285	10,68	3/8	
4	Напиток из шиповника	200/180	0,2	0,1	16,7	65	89	7.063	
5	Хлеб пшеничный (обогащенный)	20/10	9	1	48	240	8	7.051	
6	Хлеб ржаной	35/25	8	1	47	210	0	7.002/1	
<b>Итого за прием</b>			<b>40,9</b>	<b>26,9</b>	<b>148,6</b>	<b>983</b>	<b>124,19</b>		
<b>УПЛОТНЁННЫЙ УЖИН</b>									
1	Запеканка морковная	100/90	4	4	26,2	157	4,86	38/3	
2	Сгущённое молоко	25	6,8	8,5	56	330	0	12/11	
3	Чай с сахаром	180/150	0	0	9,1	35	0	10/10	
4	Кондитерское изделие	20	7,5	9,8	74,4	417	0	23/12	
5									
<b>Итого за прием</b>			<b>16,4</b>	<b>17,5</b>	<b>167,6</b>	<b>884</b>	<b>4,86</b>		
<b>Итого за день</b>			<b>67,6</b>	<b>58,2</b>	<b>386,1</b>	<b>2313</b>	<b>139,83</b>		

Цена дня -141,70 р. –сад;

116,68 руб.- ясли.