

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МБДОУ  
 детский сад №1 села Неверкино  
 \_\_\_\_\_  
 Н.В. Жукова

**Меню на 18 января 2023г.**

| Прием пищи              | Наименование блюда                    | Выход блюда (г) | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------------|---------------------------------------|-----------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
|                         |                                       |                 | Белки                | Жиры         | Углеводы      |                                |
| Завтрак                 | Каша манная                           | 200             | 8,47                 | 11,13        | 33,91         | 268,01                         |
|                         | Чай с сахаром                         | 200/15          | 0,2                  | 0,05         | 15,35         | 59,7                           |
|                         | Батон с маслом                        | 60/7            | 4,05                 | 4,84         | 30,2          | 189,0                          |
| <b>Итого за завтрак</b> |                                       |                 | <b>12,72</b>         | <b>16,02</b> | <b>79,46</b>  | <b>516,71</b>                  |
| Обед                    | Суп мясной с клецками                 | 250             | 8,5                  | 6,86         | 29,1          | 221,2                          |
|                         | Картофельное пюре с мясными «ежиками» | 120/60          | 10,31                | 7,47         | 31,76         | 295,49                         |
|                         | Компот из сухофруктов                 | 200             | 1,2                  | 0,65         | 26,0          | 89,0                           |
|                         | Хлеб пшеничный                        | 60              | 4,02                 | 6,0          | 30,09         | 122,4                          |
| <b>Итого за обед</b>    |                                       |                 | <b>24,03</b>         | <b>20,98</b> | <b>116,95</b> | <b>728,09</b>                  |
| Полдник                 | Гренки                                | 60/5/25         | 8,61                 | 14,07        | 30,67         | 263,7                          |
|                         | Какао с молоком                       | 200             | 7,9                  | 11,68        | 34,45         | 257,8                          |
| <b>Итого за полдник</b> | Используется йодированная соль        |                 | <b>16,51</b>         | <b>25,75</b> | <b>65,12</b>  | <b>521,5</b>                   |