

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



Меню на 20 декабря 2023г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Каша пшенная	200	8,9	11,58	35,4	279,7
	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
Итого за завтрак			13,15	16,47	80,95	528,4
Обед	Суп-лапша с мясом	250	8,5	6,86	39,1	221,2
	Картофельное пюре с гуляшом	120/60	17,24	18,8	25,28	331,67
	Компот из сухофруктов	200	1,2	0,65	26,0	89,0
	Хлеб пшеничный	60	4,02	6,0	30,09	122,4
Итого за обед			30,96	32,31	120,47	764,27
Полдник	Рогалики с джемом	80	8,67	12,55	60,79	398,29
	Кисель	200	0,15	0,12	9,55	39,0
Итого за полдник	Используется йодированная соль		8,82	12,67	70,34	437,29
	Итого за день		52,93	61,45	271,76	1729,96