



УТВЕРЖДАЮ:

*Марьяна Т.Г.*

Марьяна Т.Г.

## МЕНЮ

### 28.09.2022 среда

Кухня

Категория: Сад (с 3 до 7 лет)

Диета: Без диет

Наименование	Энерг. цен.	Б	Ж	У	С	Вес (г)
<b>Завтрак</b>	<b>350</b>	<b>11,08</b>	<b>15,44</b>	<b>41,61</b>	<b>2,07</b>	
Чай с сахаром	30	0,04	0,01	7,37	0,02	190/10
Суп молочный манный	141	5,45	6,17	15,98	1,95	200
Сыр (порциями)	47	2,97	3,83		0,10	17,5
булочка городская	99	2,58	1,80	18,19		34
Масло (порциями)	33	0,04	3,63	0,07		5
<b>Второй завтрак</b>	<b>70</b>	<b>0,64</b>	<b>0,64</b>	<b>15,68</b>	<b>16,00</b>	
Яблоки	70	0,64	0,64	15,68	16,00	160
<b>Обед</b>	<b>595</b>	<b>20,21</b>	<b>17,73</b>	<b>88,00</b>	<b>36,29</b>	
Хлеб пшеничный	27	1,20	0,21	5,05		15
Укроп зелень	2	0,13	0,03	0,21	5,00	5
Суп картофельный с мучными клецками	73	2,43	2,95	9,06	3,68	200/20
Котлеты куриные	194	11,13	11,02	12,61	1,21	80
Компот из свежих яблок	89	0,15	0,14	21,73	26,40	200
Хлеб ржаной	74	2,77	0,50	14,32		42
Каша рисовая рассыпчатая (гарнир)	136	2,40	2,88	25,02		100/5
<b>Полдник</b>	<b>306</b>	<b>8,93</b>	<b>7,18</b>	<b>51,26</b>	<b>0,90</b>	
Ряженка	92	5,22	4,50	7,56	0,54	180
Оладьи с повидлом	214	3,71	2,68	43,70	0,36	100/50
<b>Соль на день</b>						
Соль						4,3
<b>Итого за день:</b>	<b>1 321</b>	<b>40,86</b>	<b>40,99</b>	<b>196,55</b>	<b>55,26</b>	

Составитель заведующая хозяйством

(должность)

*Гайсина С.В.*

(подпись)

Гайсина С.В.

(ФИО)

повар

(должность)

(подпись)

Гюльзадян Г.К.

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)