«Согласовано»

Заведующий МАДОУ № 34

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.Г.Лобарь

«\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2022 г.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ( САД )**

**Вторник 19.04.2022 г.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества** | **Энергетическая ценность** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| **Неделя 1****ДЕНЬ 2** |
| Завтрак | Макароны запеченные с сыром | 140 | 7,8 | 6,8 | 28,4 | 209,2 |
|  | Икра кабачковая | 60 |  | 4,2 | 4,2 | 54 |
|  | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,7 | 3,8 | 14,4 | 108,3 |
|  | Хлеб пшеничный (батон) | 30 | 2,1 | 0,3 | 13,9 | 68,7 |
|  | Масло | 5 | 0,05 | 3,6 | 0,07 | 33,1 |
| **Итого за завтрак:** | **435** | **13,6** | **18,7** | **61** | **473,3** |
| Обед | Салат из соленых огурцов с луком | 55 | 0,3 | 2,99 | 1,5 | 35,4 |
|  | Суп из овощей | 200 | 5 | 5,2 | 8,7 | 104,5 |
|  | Оладьи печеночные | 91 | 12,1 | 17,7 | 8 | 241,6 |
|  | Картофельное пюре | 122 | 0,7 | 3,4 | 16,6 | 106,1 |
|  | Соус томатный с овощами | 50 | 0,5 | 0,75 | 5,1 | 29,8 |
|  | Компот из сушеных фруктов (изюм) | 200 | 0,19 | 0,05 | 14,7 | 58,3 |
|  | Хлеб пшеничный | 36 | 2,5 | 0,4 | 16,7 | 82,4 |
|  | Хлеб ржаной | 39 | 2 | 0,5 | 17,3 | 83,4 |
| **Итого за обед:** | **793** | **23,3** | **31** | **88,6** | **741,5** |
| Полдник | Варенец | 200 | 5,6 | 5 | 8,4 | 102 |
|  | Печенье  | 15 | 1 | 2,1 | 10,3 | 64,5 |
| **Итого за полдник:** | **215** | **7** | **7,5** | **29** | **215,8** |
| Ужин | Омлет натуральный | 95 | 7,6 | 10 | 2,7 | 109 |
|  | Капуста тушеная | 100 | 1,5 | 2,9 | 12,2 | 78,8 |
|  | Кисель | 200 | 0,01 | 0,04 | 23,6 | 91,9 |
|  | Хлеб ржаной | 15 | 0,8 | 0,2 | 6,6 | 32,1 |
| **Итого за ужин:** | **410** | **9,9** | **13,1** | **45,1** | **311,8** |
| **Итого за день:** | **2068** | **53,8** | **70,3** | **234,7** | **1786,4** |