«Согласовано»

Заведующий МАДОУ № 34

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.Г.Лобарь

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

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ( САД )**

**Четверг 14.04.2022 г.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества** | **Энергетическая ценность** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| **Неделя 2****ДЕНЬ 9** |
| Завтрак | Омлет с зеленым горошком | 101 | 6,5 | 8,2 | 2,5 | 116,9 |
|  | Икра кабачковая | 60 |  | 4,2 | 4,2 | 54 |
|  | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,7 | 3,8 | 14,4 | 108,2 |
|  | Хлеб пшеничный (батон) | 30 | 2,1 | 0,3 | 13,9 | 68,7 |
|  | Масло сливочное | 5 | 0,05 | 3,6 | 0,07 | 33,1 |
| **Итого за завтрак:** | **396** | **12,3** | **20,1** | **35** | **380,9** |
| Обед | Суп картофельный с клецками | 200 | 6,5 | 5,4 | 20,8 | 164,7 |
|  | Голубцы ленивые | 176 | 14 | 8,7 | 14,7 | 194,3 |
|  | Соус сметанный | 30 | 0,5 | 1,7 | 2,2 | 27,8 |
|  | Кисель из повидла, джема, варенья | 200 | 0,01 | 0,03 | 23,6 | 91,9 |
|  | Хлеб пшеничный | 31 | 2,2 | 0,3 | 14,3 | 70,9 |
|  | Хлеб ржаной | 40 | 2 | 0,5 | 17,7 | 85,6 |
| **Итого за обед:** | **677** | **25,2** | **16,6** | **93,3** | **635,2** |
| Полдник | Сок  | 200 |  |  | 20 | 80 |
|  | Пряник | 30 | 1,5 | 1,6 | 2,2 | 111 |
| **Итого за полдник:** | **230** | **1,9** | **2** | **32,5** | **240,3** |
| Ужин | Какао с молоком | 200 | 3,9 | 4 | 14 | 108 |
|  | Оладьи с яблоком | 116 | 7,3 | 16,2 | 46,9 | 369,4 |
|  | Мед | 30 |  |  | 27,7 | 99 |
| **Итого за ужин:** | **346** | **11,2** | **20,2** | **88,6** | **576,4** |
| **Итого за день:** | **1864** | **50,6** | **58,9** | **260,4** | **1876,8** |