



Цикличное десятидневное меню МАДОУ "Детский сад № 26" Ужин

15.05.2024 Г.

Категория: Дети 3-7 лет

Ужин 1 день							
УЖИН	Суп-пюре из картофеля	180	3,49	4,64	17,82	126,9	165 П
	Чай с сахаром	180	0,45	0,00	24,30	42,64	502 Нов.
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	878
ИТОГО ЗА УЖИН		385	5,84	4,84	54,42	228,29	
Ужин 2 день							
УЖИН	Биточки или котлеты пшеничные	150	7,76	8,62	8,67	265,33	292 П.
	Повидло	20	0,08	0,00	13,00	50	155
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	878
	Чай без сахара	180	0,20	0,06	0,16	5,04	501 П/1
ИТОГО ЗА УЖИН		395	9,94	8,88	34,13	379,12	
Ужин 3 день							
УЖИН	Суп молочный с крупой	180	3,20	3,47	5,90	97,33	782
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,45	0,02	24,30	99	527 П
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	878
ИТОГО ЗА УЖИН		385	5,55	3,69	42,50	255,08	
Ужин 4 день							
УЖИН	Салат картофельный	150	2,85	8,10	20,10	165	62 П.
	Кисель из концентрата плодового	180	1,26	0,00	26,10	109,8	516 Л
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	878
ИТОГО ЗА УЖИН		355	6,01	8,30	58,50	333,55	
Ужин 5 день							
УЖИН	Салат из белокочанной капусты	150	3,15	15,15	13,95	204	1 П
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	878
	Чай с сахаром	180	0,45	0,00	24,30	42,64	502 Нов.
ИТОГО ЗА УЖИН		355	5,5	15,35	50,55	305,39	
Ужин 6 день							
УЖИН	Суп молочный с макаронными изделиями	180	4,93	4,70	7,40	130,3	171 П
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	878
	Напиток из плодов шиповника	180	0,70	0,30	22,80	87,3	538 П
ИТОГО ЗА УЖИН		405	7,53	5,20	42,50	276,35	
Ужин 7 день							
ЗАВТРАК	Плов бухарский	150	3,68	14,73	12,90	307,21	276П
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	878
	Чай без сахара	180	0,20	0,06	0,16	5,04	501 П/1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		375	5,78	14,99	25,36	371,56	
Ужин 8 день							
УЖИН	Омлет натуральный	150	12,90	20,10	3,45	244,5	307 П
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	878
	кисель из концентрата плодового	180	1,26	0,00	26,10	109,8	516 Л
ИТОГО ЗА УЖИН		355	16,06	20,30	41,85	413,05	
Ужин 9 день							
УЖИН	Макаронные изделия отварные	150	5,63	0,70	29,04	144,9	297 П
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	878
	Чай с сахаром	180	0,45	0,00	24,30	42,64	502 Нов.
ИТОГО ЗА УЖИН		355	7,98	0,9	65,64	246,29	
Ужин 10 день							
УЖИН	Салат витаминный	150	1,65	15,15	15,90	207,0	5 П
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,8	878
	Чай с сахаром	180	0,45	0,00	24,30	42,6	502 Нов.
ИТОГО ЗА УЖИН		375	3,75	15,41	40,22	308,4	