

Утверждаю: руководитель  
СПДС № 10 "Снежок"  
\_\_\_\_\_ Т.Н.Прососова

**МЕНЮ СПДС № 10 "Снежок"**  
**26 апреля 2024 год**

Наименование блюд	Масса порции, сад от 3 до 7 лет	Белки в гр.	Жиры в гр.	Углеводы в гр.	Калорийн ость блюда
<b>Завтрак</b>					
Омлет натуральный	150	12,6	13,1	3,3	180,1
Кофейный напиток на молоке	200	3,8	3,1	12,3	91,7
Батон	39	3,02	0,195	19,6	91,42
Масло	5		4,1	0,05	37,5
<b>Итого</b>	<b>394</b>	<b>19,42</b>	<b>20,495</b>	<b>35,25</b>	<b>400,72</b>
Напиток фруктовый	<b>100</b>			<b>6,72</b>	<b>27</b>
<b>Обед</b>					
Суп крестьянский на курином бульоне	200	5,34	5,8	10,7	117,4
Жаркое по домашнему с куриным мясом	150	13,9	14	13,7	236,7
Салат из свеклы и зелёного горошка	60	1,3	3	5,3	51,27
Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	15,2	65,3
Хлеб пшеничный	19	1,47	0,095	9,55	44,54
Хлеб ржаной	25	1,5	0,66	6,56	29,3
<b>Итого</b>	<b>654</b>	<b>24,11</b>	<b>23,755</b>	<b>61,01</b>	<b>544,51</b>
<b>Полдник, уплотненный блюдами ужина</b>					
Пирожок с картошкой	100	5,4	6,8	28,2	185,47
Каша молочная кукурузная	150	5,88	5,7	27,9	185,84
Чай с молоком	200	1,6	1,1	8,7	50,9
Хлеб пшеничный	19	1,47	0,095	9,55	44,54
Хлеб ржаной	25	1,5	0,66	6,56	29,3
<b>Итого</b>	<b>494</b>	<b>15,85</b>	<b>14,355</b>	<b>80,91</b>	<b>496,05</b>
<b>Всего</b>	<b>1642</b>	<b>59,38</b>	<b>58,605</b>	<b>183,89</b>	<b>1468,28</b>

Утверждаю: руководитель  
СПДС № 10 "Снежок"  
\_\_\_\_\_ Т.Н.Прососова

**МЕНЮ СПДС № 10 "Снежок"**  
**26 апреля 2024 год**

Наименование блюд	Масса порции, сад от 2 до 3 лет	Белки в гр.	Жиры в гр.	Углеводы в гр.	Калорийн ость блюда
<b>Завтрак</b>					
Омлет натуральный	120	8,5	9,1	2,2	123,1
Кофейный напиток на молоке	150	3,2	2,3	9,8	71
Батон	30	2,33	0,15	15,07	70,32
Масло	4		3,28	0,04	30
<b>Итого</b>	<b>304</b>	<b>14,03</b>	<b>14,83</b>	<b>27,11</b>	<b>294,42</b>
Напиток фруктовый	<b>100</b>			<b>6,72</b>	<b>27</b>
<b>Обед</b>					
Суп крестьянский на курином бульоне со сметаной	150	3,9	4,5	7,9	88,7
Жаркое по домашнему с куриным мясом	120	10,2	10,4	10,7	177,6
Салат из свеклы и зелёного горошка	30	0,7	2	2,6	30,08
Напиток из шиповника	150	0,5	0,2	12	51,5
Хлеб пшеничный	15	1,105	0,075	7,53	35,16
Хлеб ржаной	20	1,2	0,53	5,25	23,44
<b>Итого</b>	<b>485</b>	<b>17,605</b>	<b>17,705</b>	<b>45,98</b>	<b>406,48</b>
<b>Полдник, уплотненный блюдами ужина</b>					
Пирожок с картошкой	100	5,4	6,8	28,2	185,47
Каша молочная кукурузная	120	4,72	4,47	22	147,07
Чай с молоком	150	1,3	0,8	7,2	40,8
Хлеб пшеничный	15	1,105	0,075	7,53	35,16
Хлеб ржаной	20	1,2	0,53	5,25	23,44
<b>Итого</b>	<b>405</b>	<b>13,725</b>	<b>12,675</b>	<b>70,18</b>	<b>431,94</b>
<b>Всего</b>	<b>1294</b>	<b>45,36</b>	<b>45,21</b>	<b>149,99</b>	<b>1159,84</b>

