МЕНЮ

(весна-лето) на 09 августа 2022г.

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод		
Неделя 2							
День 2							
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	**200**	9,39	8,41	43,52	188	170
	Чай сладкий с молоком	**200**	2,67	2,34	24,31	105	394
	Батон с маслом, сыром	**40/5/6**	4,71	8,21	7,31	122	1,7
Итого за завтрак		***451***	***16,77***	***18,96***	***75,14***	***415***	*
10.00	Банан	**120**	1,5	0,5	21	90	368
Обед	Борщ с мясом, сметаной	**200/10/5**	8,86	6,51	12,3	143	62
	Капуста тушеная с мясом	**200**	3,13	18,68	14,38	283	132
	Хлеб ржаной	**50**	3,3	0,6	16,7	87	0001
	Компот из сухофруктов	**200**	0,4	0,02	24,99	102	376
Итого за обед		***665***	***15,69***	***25,81***	***68,37***	***615***	*
Полдник	Сдоба обыкновенная	**50**	3,88	2,36	26,15	141	466
	Напиток из вишни	**200**	0,14	0,04	19,87	80	635
Итого за полдник		***250***	***4,02***	***2,4***	***46,02***	***221***	*
Ужин	Рыбные котлеты «Любительские»	**75**	8,07	6,54	4,79	210	256
	Отварной рис	**140**	3,68	5,42	31,69	190	315
	Хлеб пшеничный	**40**	2,59	0,35	24,32	111	0002
	Чай с сахаром	**200**	0,07	0,02	11,01	44	392
Итого за ужин		**450**	**14,41**	**12,33**	**71,81**	**555**	*
Итого за день:		***1936***	***52,39***	***60***	***282,34***	***1896***	*

Цена: 151 руб.

Заведующий МБДОУ Е.В.Набережных