

МЕНЮ

(весна-лето)

на 01 апреля 2024г.

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод		
Неделя 1							
День 1							
Завтрак	Каша пшеничная молочная	180	9,95	9,67	40,13	227	185
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	397
	Батон с маслом	40/5	1,23	3,78	7,31	68	1
Итого за завтрак		405	14,85	16,64	63,26	402	*
10.00	Сок	120	0,75	0,2	15,15	64	399
Обед	Салат из кукурузы	50	1,44	3,09	4,02	50	12
	Суп картофельный с клецками, цыплятами и укропом	180/12,5/1	7,2	5,39	12,54	128	85
	Макаронные изделия отварные	130	5,53	4,38	34,18	198	205
	Гуляш из кур	30/40	8,52	6,24	5,21	111	271
	Напиток из клюквы	180	0,11	0,05	22,39	90	647
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	1
Итого за обед		673	26,1	19,75	95,04	664	*
Полдник	Печенье	46	3,24	6,16	25,84	174	3
	Кипяченое молоко	200	5,4	5,96	8,75	110	400
Итого за полдник		246	8,64	12,12	34,59	284	*
Ужин	Омлет натуральный	110	10,63	12,97	2,04	230	215
	Салат из горошка зеленого консервированного	100	2,98	5,18	6,26	84	10
	Хлеб пшеничный	40	2,59	0,35	24,32	111	0002
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,1	44	392
Итого за ужин		430	16,27	18,52	43,72	469	*
Итого за день:		1874	66,61	67,23	251,76	1883	*

Цена: 179 руб.

Заведующий МБДОУ

Е.В.Набережных