

(весна-лето)

МЕНЮ

на 02 апреля 2024г.

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод		
Неделя 1							
День 2							
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	180	9,39	8,41	43,52	188	170
	Чай сладкий с молоком	180	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		411	16,77	18,96	75,14	415	*
10.00	Ряженка	101	2,9	2,5	4,2	51	401
Обед	Салат из свеклы отварной	50	0,85	3,65	4,79	55	33
	Щи из капусты с мясом сметаной и укропом	180/6/3	4,1	4,74	8,21	192	67
	Плов из говядины отварной	100/30	15,66	12,24	23,23	195	244
	Компот из черной смородины	190	0,27	0,11	29,94	82	375
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	1
Итого за обед		609	24,18	21,34	82,87	611	*
Полдник	Крендель сахарный	50	3,54	6,57	35,87	185	460
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,1	45	392
Итого за полдник		250	3,61	6,59	46,97	230	*
Ужин	Лакомка	100	11,5	18,3	34,48	280	237
	Яблоко	100	1,5	0,5	21	94	368
	Хлеб пшеничный	40	2,59	0,35	24,32	111	0002
	Кисель со смородиной	200	0,19	0,12	41,55	120	378
Итого за ужин		440	15,78	19,27	121,35	605	*
Итого за день:		1811	63,24	68,66	330,53	1912	*

Цена: 179 руб.

Заведующий МБДОУ

Е.В.Набережных