

МЕНЮ

(всена-лето)

на 18 апреля 2024г.

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод		
Неделя 3							
День 4							
Завтрак	Творожные сырники со сгущенным молоком	110/20	27,84	19,88	38,45	240	231
	Батон с маслом	40/5	1,23	3,78	7,31	68	1
	Кофейный напиток	200	2,85	2,41	14,36	91	395
Итого за завтрак		375	31,92	26,07	60,12	399	*
10.00	Йогурт	108	5,22	4,5	7,38	95	401
Обед	Салат из свеклы	50	1,24	4,21	12,32	92	33
	Суп рисовый с курами, сметаной	180/10/2	9,15	7,37	14,71	102	25
	Каша гречневая рассыпчатая	130	7,54	5,85	34,03	218	313
	Гуляш из кур	15/55	8,52	6,24	5,21	111	271
	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,02	24,99	102	376
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	1
	Итого за обед		672	30,15	24,29	107,96	712
Полдник	Булка «Выборгская»	50	4,53	5,93	24,31	169	426
	Лимонный напиток	200	0,08	0,01	21,82	87	646
Итого за полдник		250	4,61	5,94	46,13	256	*
Ужин	Каша молочная кукурузная жидкая	150	6,2	7,33	37,67	156	185
	Яблоко	110	0,4	0,4	9,8	44	368
	Чай с сахаром	180	0,07	0,02	11,01	44	392
	Хлеб пшеничный	40	2,59	0,35	24,32	111	0002
Итого за ужин		480	9,26	8,1	82,8	355	*
Итого за день:		1885	81,16	68,9	304,39	1817	*

Цена: 179 руб.

Заведующий МБДОУ

Е.В.Набережных