

МЕНЮ

(весна-лето)

на 17 июля 2024г.

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод		
Неделя 1							
День 3							
Завтрак	Суп молочный с рисовой крупой	180	4,82	5,93	16,74	150	94
	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	9,72	12,9	39,87	325	*
10.00	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44	368
Обед	Огурцы свежие	50	0,48	0,12	1,56	9	70
	Суп овощной с мясом и укропом	180/8	4,15	4,74	9,08	96	99
	Тефтели мясные с соусом	77/30	16,04	16,54	18,7	322	287
	Компот из сухофруктов	181	0,4	0,02	24,99	102	376
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	1
	Итого за обед		600	24,37	22,02	71,03	616
Полдник	Сухарики сладкие	50	4,58	14,35	58,25	150	31
	Сок	150	0,3	0,2	16,3	68	399
Итого за полдник		250	4,88	14,55	74,55	218	*
Ужин	Суп с рыбными консервами	210	7,88	7,72	22,47	330	87
	Хлеб пшеничный	40	2,59	0,35	24,32	111	0002
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	19,46	44	392
Итого за ужин		450	10,54	8,09	66,25	485	*
Итого за день:		1805	49,91	57,96	261,5	1688	*

Цена: 179 руб.

Заведующий МБДОУ

Е.В. Набережных

