

МЕНЮ

(весна-лето)

на 23 июля 2024г.

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	180	9,39	8,41	43,52	181	170
	Чай сладкий с молоком	180	2,67	2,34	24,31	105	394
	Батон с маслом, сыром	40/5/7	4,71	8,21	7,31	122	1,7
Итого за завтрак		412	16,77	18,96	75,14	408	*
10.00	Банан	100	1,5	0,5	21	94	368
Обед	Суп полевой на м/б и укропом	200/6	7,32	5,69	16,32	245	576
	Капуста тушеная с мясом	180/20	3,13	18,68	14,38	190	132
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	0001
	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,02	24,99	102	376
Итого за обед		636	14,15	24,99	72,39	624	*
Полдник	Пряник	50	3,24	6,16	25,84	152	3
	Напиток из вишни	200	0,14	0,04	19,87	80	635
Итого за полдник		250	3,38	6,2	45,71	232	*
Ужин	Рыбные котлеты «Любительские»	70	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		1848	50,21	62,98	286,05	1913	*

Цена: 179 руб.

Заведующий МБДОУ

Е.В.Набережных

