

МЕНЮ

(весна-лето)

на 25 июля 2024г.

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод		
Неделя 2							
День 4.							
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	180	5,75	5,21	18,84	120	93
	Батон с маслом, сыром	40/5/7	4,71	8,21	7,31	122	1,7
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	98	397
Итого за завтрак		412	14,13	16,61	41,97	340	
10.00	Сок	111	0,75	0,2	15,15	64	399
Обед	Салат из кукурузы	50	1,44	3,09	4,02	40	12
	Рассольник с мясом и укропом, сметаной	180/9/5	3,59	3,2	16,43	108	74
	Гороховое пюре	130	46,3	18,5	18,8	190	211
	Фрикадельки мясные с соусом сметанным с томатом	50/20	7	5,42	6,08	101	288
	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		674	62,03	30,83	87,02	628	*
Полдник	Печенье	55	4,58	14,35	58,25	150	31
	Снежок	217	5,4	5	31,6	120	401
Итого за полдник		241	9,98	19,35	89,85	270	*
Ужин	Уха	210	2,15	2,27	13,71	270	82
	Чай с сахаром лимоном	200	0,07	0,02	11,01	44	392
	Хлеб пшеничный	33	2,59	0,35	24,32	111	0002
Итого за ужин		443	4,81	2,64	49,04	425	*
Итого за день:		1881	91,7	69,63	283,03	1727	*

Цена: 179 руб.

Заведующий МБДОУ

Е.В.Набережных

