

МЕНЮ

(весна-лето)

на 26 июля 2024г.

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод		
Неделя 2							
День 5							
Завтрак	Лакомка	120	11,5	18,3	34,48	200	237
	Батон с маслом	40/5	1,23	3,78	7,31	68	1
	Какао с молоком	200	3,67	3,19	15,82	107	397
Итого за завтрак		365	16,4	25,27	57,61	375	*
10.00	Ряженка	126	2,9	2,5	4,2	51	401
Обед	Огурец свежий	50	0,57	3,09	2,36	40	15
	Суп овощной на м/б сметаной и укропом	180/9/6	4,15	4,74	9,08	96	99
	Каша гречневая рассыпчатая	130	7,54	5,85	34,03	180	313
	Печень по строгановски	60/10	8,34	5,69	2,47	95	104
	Компот из черной смородины	180	0,27	0,11	19,94	82	375
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	1
Итого за обед		675	24,17	20,08	84,58	580	*
Полдник	Сухарики сладкие	50	4,58	14,35	58,25	120	31
	Кисель фруктово-ягодный	200	0,19	0,12	41,55	110	378
Итого за полдник		250	4,77	14,47	99,8	230	*
Ужин	Пюре из картофеля	140	3,16	4,87	14,36	213	321
	Сосиски отварные	70	5,5	11,95	0,2	130	275
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,01	44	392
	Хлеб пшеничный	40	2,59	0,35	24,32	111	0002
Итого за ужин		450	11,32	17,19	49,89	498	*
Итого за день:		1866	59,56	79,51	296,08	1734	*

Цена: 179 руб.

Заведующий МБДОУ

Е.В.Набережных

