

МЕНЮ

(весна-лето)

на 25 марта 2024г.

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углевод			
Неделя 3								
День 1								
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	180	7,49	8,17	36,03	147	185	
	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	12,39	15,14	59,16	322	*	
10.00	Сок	120	0,75	0,2	15,15	64	399	
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	50	0,7	2,54	15,32	84	00030	
	Суп гороховый с курами	180/9	7,54	5,85	34,03	107	65	
	Шницель из мяса птицы	70	8,04	5,62	7,21	134	719	
	Отварной рис	130	3,68	5,42	31,69	180	315	
	Компот из сухофруктов	180	0,29	0,07	21,78	71	376	
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	1	
	Итого за обед		669	23,55	20,1	126,73	663	*
	Полдник	Пряник	47	3,24	6,16	25,84	174	3
Кипяченое молоко		200	5,4	5,96	8,75	110	400	
Итого за полдник		247	8,64	12,12	34,59	284	*	
Ужин	Макароны отварные с сыром	202/17	9,29	14,6	22,71	318	206	
	Хлеб пшеничный	31	2,59	0,35	24,32	111	0002	
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,01	44	392	
Итого за ужин		450	11,95	14,97	58,04	473	*	
Итого за день:		1891	57,28	62,53	293,67	1806	*	

Цена: 179 руб.

Заведующий МБДОУ

Е.В.Набережных

