

МЕНЮ

(весна-лето)

на 29 марта 2024г.

Возрастная категория: 3-7 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|---|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углевод | | |
| Неделя 3 | | | | | | | |
| День 5 | | | | | | | |
| Завтрак | Каша молочная рисовая жидкая | 180 | 5,18 | 7,31 | 32,25 | 195 | 185 |
| | Какао с молоком | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107 | 397 |
| | Батон с маслом, сыром | 40/5/5 | 4,71 | 8,21 | 7,31 | 95 | 1,7 |
| Итого за завтрак | | 410 | 13,56 | 18,71 | 55,38 | 397 | * |
| 10.00 | Кисель | 120 | 0,21 | 0,08 | 14,25 | 60 | 378 |
| Обед | Салат картофельный | 50 | 0,58 | 1,61 | 4,02 | 33 | 35 |
| | Солянка «Домашняя» с мясными продуктами | 180/30 | 5,93 | 6,83 | 5,6 | 107 | 204 |
| | Гороховое пюре | 130 | 46,3 | 3,5 | 18,8 | 170 | 211 |
| | Котлета мясная с подливой | 70 | 9,32 | 7,07 | 9,64 | 139 | 282 |
| | Напиток из вишни | 180 | 0,28 | 0,08 | 25,64 | 160 | 635 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3,3 | 0,6 | 15,7 | 87 | 1 |
| Итого за обед | | 690 | 65,71 | 19,69 | 79,4 | 696 | * |
| Полдник | Печенье | 54 | 3,24 | 6,16 | 25,84 | 174 | 151 |
| | Сок | 196 | 0,75 | 0,2 | 25,15 | 64 | 399 |
| Итого за полдник | | 250 | 3,99 | 6,36 | 50,99 | 238 | * |
| Ужин | Суп с рыбными консервами | 210 | 9,95 | 8,72 | 20,47 | 245 | 87 |
| | 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 | 12,61 | 9,09 | 55,8 | 400 | * |
| Итого за день: | | 1920 | 96,08 | 53,93 | 255,82 | 1791 | * |

Цена: 179 руб.

Заведующий МБДОУ

Е.В.Набережных