

МЕНЮ

(весна-лето)

на 19 апреля 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	40/5/13	4,71	8,21	7,31	95	1,7
Итого за завтрак		418	13,56	18,71	55,38	397	*
10.00	Кисель	130	0,21	0,08	14,25	60	378
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов с луком репчатым	50	0,57	3,09	2,36	40	15
	Солянка «Домашняя» с мясными продуктами сметаной	180/30/5	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		695	65,7	21,17	77,74	703	*
Полдник	Печенье	50	3,24	6,16	25,84	174	151
	Сок	200	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:		1943	96,07	55,41	254,16	1798	*

Цена: 179 руб.

Заведующий МБДОУ

Е.В.Набережных