

# МЕНЮ

(весна-лето)

на 22 апреля 2024г.

Возрастная категория: 3-7 лет

| Прием пищи              | Наименование блюда                                      | Вес блюда   | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|---|-------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------|-------------|
|                         |   |             | Белки            | Жиры         | Углевод      |                         |             |
| <b>Неделя 4</b>         |   |             |                  |              |              |                         |             |
| <b>День 1</b>           |   |             |                  |              |              |                         |             |
| <b>Завтрак</b>          | Каша пшеничная молочная жидкая                          | 180         | 9,39             | 8,41         | 43,52        | 150                     | 170         |
|                         | Батон с маслом  | 40/5        | 1,23             | 3,78         | 11,01        | 68                      | 1           |
|                         | Какао с молоком   | 180         | 3,67             | 3,19         | 15,82        | 107                     | 397         |
| <b>Итого за завтрак</b> |   | <b>405</b>  | <b>14,29</b>     | <b>15,38</b> | <b>70,35</b> | <b>325</b>              | <b>*</b>    |
| <b>10.00</b>            | Сок   | 100         | 0,75             | 0,2          | 15,15        | 64                      | 399         |
| <b>Обед</b>             | Салат из зеленого горошка с луком                       | 50          | 1,49             | 2,59         | 3,13         | 42                      | 1           |
|                         | Суп с вермишелью и курами                               | 180/9       | 2,16             | 2,27         | 13,71        | 120                     | 65          |
|                         | Суфле куриное   | 120         | 12,48            | 21,59        | 12,45        | 373                     | 310         |
|                         | Клюквенный напиток                                      | 200         | 0,11             | 0,05         | 22,39        | 90                      | 647         |
|                         | Хлеб ржаной   | 50          | 3,3              | 0,6          | 15,7         | 87                      | 1           |
| <b>Итого за обед</b>    |   | <b>609</b>  | <b>19,54</b>     | <b>27,1</b>  | <b>67,38</b> | <b>712</b>              | <b>*</b>    |
| <b>Полдник</b>          | Хлеб с крем-брюле                                       | 60          | 15,28            | 4,21         | 44,22        | 182                     | 0012        |
|                         | Кипяченое молоко  | 190         | 5,4              | 5,96         | 8,75         | 110                     | 400         |
| <b>Итого за полдник</b> |   | <b>250</b>  | <b>20,68</b>     | <b>10,17</b> | <b>52,97</b> | <b>292</b>              | <b>*</b>    |
| <b>Ужин</b>             | Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным и сахаром | 200/5       | 12,54            | 8,85         | 42,35        | 195                     | 313         |
|                         | Яйцо вареное  | 25          | 3,1              | 2,9          | 0,2          | 40                      | 213         |
|                         | Напиток из шиповника                                    | 200         | 0,61             | 0,25         | 18,68        | 79                      | 398         |
|                         | Хлеб пшеничный  | 20          | 2,59             | 0,35         | 24,32        | 111                     | 0002        |
| <b>Итого за ужин</b>    |   | <b>450</b>  | <b>18,84</b>     | <b>12,35</b> | <b>85,55</b> | <b>425</b>              | <b>*</b>    |
| <b>Итого за день:</b>   |   | <b>1814</b> | <b>74,1</b>      | <b>65,2</b>  | <b>291,4</b> | <b>1818</b>             | <b>*</b>    |

Цена: 179 руб.

Заведующий МБДОУ

Е.В.Набережных