

МЕНЮ

(весна-лето)

на 1 июль 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 пшенная 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	150	0,75	0,2	15,15	64	399
Обед	Салат из белокачанной 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 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		669	23,53	20,14	124,89	674	*
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	207/12	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:		1921	57,26	62,57	291,83	1817	*

Цена: 179 руб.

Заведующий МБДОУ

Е.В.Набережных

