

МЕНЮ

(весна-лето)

на 8 июля 2024г.

Возрастная категория: 3-7 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|---|-------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углевод | | |
| Неделя 4 | | | | | | | |
| День 1 | | | | | | | |
| Завтрак | 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 |
| Итого за завтрак | | 405 | 14,29 | 15,38 | 70,35 | 325 | * |
| 10.00 | Сок | 100 | 0,75 | 0,2 | 15,15 | 64 | 399 |
| Обед | 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 |
| | Итого за обед | | 609 | 19,54 | 27,1 | 67,38 | 712 |
| Полдник | Хлеб с крем-брюле | 60 | 15,28 | 4,21 | 44,22 | 182 | 0012 |
| | Кипяченое молоко | 190 | 5,4 | 5,96 | 8,75 | 110 | 400 |
| Итого за полдник | | 250 | 20,68 | 10,17 | 52,97 | 292 | * |
| Ужин | 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 |
| Итого за ужин | | 450 | 18,84 | 12,35 | 85,55 | 425 | * |
| Итого за день: | | 1814 | 74,1 | 65,2 | 291,4 | 1818 | * |

Цена: 179 руб.

Заведующий МБДОУ

Е.В.Набережных

