

МЕНЮ

(весна-лето)

на 04 июня 2024г.

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углевод			
Неделя 3								
День 2								
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	180	9,26	8,54	41,25	180	168	
	Батон с маслом	40/5	1,23	3,78	7,31	68	1	
	Чай сладкий с молоком	180	2,67	2,34	14,31	105	394	
Итого за завтрак		405	13,16	14,66	62,87	353	*	
10.00	Ряженка	113	2,9	2,5	4,2	51	401	
Обед	Огурец свежий	40	0,38	0,12	1,19	52	70	
	Щи из капусты с мясом, сметаной и укропом	180/5/3	4,1	4,74	8,21	192	67	
	Жаркое «По-домашнему»	130/12	10,67	17,56	20,68	311	276	
	Клюквенный напиток	180	0,11	0,05	22,39	90	647	
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	1	
	Итого за обед		633	18,56	23,07	69,17	732	*
	Полдник	Пряник	46	3,24	6,16	25,84	140	3
Чай с сахаром		204	0,07	0,02	11,01	44	392	
Итого за полдник		250	3,31	6,18	36,85	184	*	
Ужин	Творожно-манный пудинг со сметаной	100/10	19,7	14,82	33,82	262	80	
	Салат из моркови с сахаром	110	1,12	0,08	10,24	45	41	
	Кисель	200	0,08	0,04	23,53	95	378	
	Хлеб пшеничный	40	2,59	0,35	24,32	111	0002	
Итого за ужин		450	23,49	15,29	91,91	513	*	
Итого за день:		1851	61,42	61,7	265	1833	*	

Цена: 179 руб.

Заведующий МБДОУ

Е.В.Набережных