

# МЕНЮ

(весна-лето)

на 05 июня 2024г.

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод		
Неделя 3							
День 3							
Завтрак	Каша молочная «Дружба»	180	9,39	8,41	43,52	188	172
	Батон с маслом, сыром	40/5/8	4,71	8,21	7,31	98	1,7
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	397
<b>Итого за завтрак</b>		<b>413</b>	<b>17,77</b>	<b>19,81</b>	<b>66,65</b>	<b>393</b>	<b>*</b>
10.00	Яблоко	110	1,5	0,5	21	90	368
Обед	Помидоры свежие	50	0,66	0,12	2,28	14	71
	Суп картофельный с мясными фрикадельками, сметаной	180/15/3	4,36	3,64	12,31	120	83
	Ленивые голубцы в сметанно-томатном соусе	150/30	13,51	18,41	10,02	270	298
	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,02	24,99	102	376
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	1
<b>Итого за обед</b>		<b>658</b>	<b>22,23</b>	<b>22,79</b>	<b>66,3</b>	<b>593</b>	<b>*</b>
Полдник	Печенье	50	3,24	6,16	25,84	174	3
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,01	44	392
<b>Итого за полдник</b>		<b>250</b>	<b>3,31</b>	<b>6,18</b>	<b>36,85</b>	<b>218</b>	<b>*</b>
Ужин	Омлет с сосисками	120	10,7	12,74	1,61	253	215
	Икра кабачковая	90	0,6	2,36	3,86	59	93
	Напиток из шиповника	200	0,61	0,25	18,68	79	398
	Хлеб пшеничный	40	2,59	0,35	24,32	111	0002
<b>Итого за ужин</b>		<b>450</b>	<b>14,5</b>	<b>15,7</b>	<b>48,47</b>	<b>502</b>	<b>*</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1881</b>	<b>59,31</b>	<b>64,98</b>	<b>239,27</b>	<b>1796</b>	<b>*</b>

Цена: 179 руб.

Заведующий МБДОУ

Е.В.Набережных