

# МЕНЮ

(весна-лето)

на 10 июня 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
<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>
10.00	Сок	150	0,75	0,2	25,15	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	111	12,48	21,59	12,45	373	310
	Клоквенный 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>600</b>	<b>19,54</b>	<b>27,1</b>	<b>67,38</b>	<b>712</b>
Полдник	Хлеб с крем-брюле	70	15,28	4,21	44,22	182	0012
	Кипяченое молоко	180	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>
Ужин	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным и сахаром	180/5	12,54	8,85	42,35	195	313
	Яйцо вареное	25	3,1	2,9	0,2	40	213
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,01	44	392
	Хлеб пшеничный	40	2,59	0,35	24,32	111	0002
<b>Итого за ужин</b>		<b>450</b>	<b>18,3</b>	<b>12,12</b>	<b>77,88</b>	<b>390</b>	<b>*</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1855</b>	<b>73,56</b>	<b>64,97</b>	<b>293,73</b>	<b>1783</b>	<b>*</b>

Цена: 179 руб.

Заведующий МБДОУ

Е.В.Набережных

