

# МЕНЮ

(весна-лето)

на 13 июня 2024г.

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод		
Неделя 4							
День 4							
Завтрак	Каша геркулесовая молочная жидкая	180	6,82	8,91	28,76	172	185
	Батон с маслом, сыром	40/5/8	4,71	8,21	7,31	122	1,7
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	397
<b>Итого за завтрак</b>		<b>413</b>	<b>15,2</b>	<b>20,31</b>	<b>51,89</b>	<b>401</b>	<b>*</b>
10.00	Сок	150	0,75	0,2	25,15	64	399
Обед	Кабачковая икра	50	1,2	4,72	7,72	78	093
	Суп гороховый на м/б сметаной	180/9/3	5,39	4,31	13,25	107	65
	Макаронные изделия отварные	130	5,53	4,38	34,18	177	205
	Бефстроганов из отварной говядины	30/40	8,34	5,69	2,47	95	278
	Компот из вишни	180	0,29	0,07	21,78	89	372
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	1
<b>Итого за обед</b>		<b>672</b>	<b>24,05</b>	<b>19,77</b>	<b>96,1</b>	<b>633</b>	<b>*</b>
Полдник	Булка домашняя	50	3,64	6,26	26,96	150	685
	Снежок	208	5,4	5	31,6	153	401
<b>Итого за полдник</b>		<b>258</b>	<b>9,04</b>	<b>11,26</b>	<b>58,56</b>	<b>303</b>	<b>*</b>
Ужин	Суфле из рыбы	130	19,4	19,26	14,88	180	268
	Салат картофельный	80	2,25	3,61	14,02	67	35
	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>24,31</b>	<b>23,24</b>	<b>64,23</b>	<b>402</b>	<b>*</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1943</b>	<b>73,35</b>	<b>74,78</b>	<b>295,93</b>	<b>1803</b>	<b>*</b>

Цена: 179 руб.

Заведующий МБДОУ

Е.В.Набережных