МЕНЮ

(весна-лето) на 14 июня 2024г.

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 4							
День 5							
Завтрак	Каша молочная рисовая жидкая	**180**	5,18	7,31	32,25	156	185
	Батон с маслом	**40/5**	1,23	3,78	7,31	68	1
	Какао с молоком	**180**	3,67	3,19	15,82	107	397
Итого за завтрак		***405***	***10,08***	***14,28***	***55,38***	***331***	*
10.00	Ряженка	**122**	2,9	2,5	4,2	51	401
Обед	Помидоры свежие	**50**	0,66	0,12	2,28	14	71
	Суп полевой с мясом, сметаной	**180/7/4**	3,18	3,44	15,82	110	80
	Каша гречневая рассыпчатая	**130**	7,54	5,85	34,03	180	313
	Биточек мясной с подливой	**60/10**	9,32	7,07	9,64	150	282
	Компот из сухофруктов	**180**	0,4	0,02	24,99	102	376
	Хлеб ржаной	**50**	3,3	0,6	16,7	87	1
Итого за обед		***671***	***24,4***	***17,1***	***103,46***	***643***	*
Полдник	Печенье	**57**	3,24	14,16	25,84	174	151
	Чай с сахаром	**193**	0,07	0,02	11,01	44	392
Итого за полдник		***250***	***3,31***	***14,18***	***36,85***	***218***	*
Ужин	Творожники розовые со сметаной	**110/8**	11,69	10,59	36,23	203	238
	Яблоко	**123**	1,5	0,5	21	94	368
	Кисель	**200**	0,08	0,04	23,53	95	378
	Хлеб пшеничный	**28**	2,59	0,35	24,32	111	0002
Итого за ужин		**469**	**15,86**	**11,48**	**105,08**	**503**	*
Итого за день:		***1917***	***56,55***	***59,54***	***304,97***	***1746***	*

Цена: 179 руб.

Заведующий МБДОУ Е.В.Набережных