

МЕНЮ

(весна-лето)

на 19 июня 2024г.

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод		
Неделя 1							
День 3							
Завтрак	Суп молочный с рисовой крупой	180	4,82	5,93	16,74	150	94
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	397
	Батон с маслом	40/5	1,23	3,78	7,31	68	1
Итого за завтрак		405	9,72	12,9	39,87	325	*
10.00	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44	368
Обед	Помидоры свежие	50	0,66	0,12	2,28	14	71
	Суп овощной с мясом и укропом	180/8	4,15	4,74	9,08	96	99
	Тефтели мясные с соусом	77/30	16,04	16,54	18,7	322	287
	Компот из сухофруктов	181	0,4	0,02	24,99	102	376
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	1
Итого за обед		600	24,55	22,02	71,75	621	*
Полдник	Сухарики сладкие	50	4,58	14,35	58,25	150	31
	Сок	200	0,3	0,2	16,3	68	399
Итого за полдник		250	4,88	14,55	74,55	218	*
Ужин	Суп с рыбными консервами	210	7,88	7,72	22,47	330	87
	Хлеб пшеничный	40	2,59	0,35	24,32	111	0002
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	19,46	44	392
Итого за ужин		450	10,54	8,09	66,25	485	*
Итого за день:		1805	50,09	57,96	262,22	1693	*

Цена: 179 руб.

Заведующий МБДОУ  Е.В.Набережных

