МЕНЮ

(весна-лето) на 26 июня 2024г.

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2							
День 3							
Завтрак	Запеканка из творога с морковью с повидлом	**114/20**	11,69	10,59	36,23	250	238
	Батон с маслом	**40/5**	1,23	3,78	7,31	68	1
	Какао с молоком	**200**	3,67	3,19	15,82	98	397
Итого за завтрак		***379***	***16,59***	***17,56***	***59,36***	***416***	*
10.00	Йогурт	**110**	5,22	4,5	7,38	90	401
Обед	Огурцы свежие	**47**	0,48	0,12	1,56	9	70
	Суп полевой с цыплятами,сметаной и укропом	**180/7/2**	7,32	5,69	16,32	245	576
	Птица тушеная с овощами с соусом	**150/10**	13,32	8,93	17,37	203	302
	Напиток из шиповника	**180**	0,61	0,25	18,68	79	398
	Хлеб ржаной	**50**	3,3	0,6	16,7	87	1
Итого за обед		***626***	***25,03***	***15,59***	***70,63***	***623***	*
Полдник	Сдоба обыкновенная	**50**	3,88	2,36	26,15	141	466
	Лимонный напиток	**200**	0,08	0,01	21,82	88	646
Итого за полдник		***250***	***3,96***	***2,37***	***47,97***	***229***	*
Ужин	Каша молочная «Дружба»	**210**	9,39	8,41	43,52	288	172
	Хлеб пшеничный	**40**	2,59	0,35	24,32	111	0002
	Чай с сахаром	**200**	0,07	0,02	11,01	44	392
Итого за ужин		**450**	**12,05**	**8,78**	**78,85**	**443**	*
Итого за день:		***1815***	***62,85***	***48,8***	***264,19***	***1801***	*

Цена: 179 руб.

Заведующий МБДОУ Е.В.Набережных