

# МЕНЮ

(весна-лето)

на 02 мая 2024г.

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод		
Неделя							
День							
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	180	9,95	9,67	40,13	227	170
	Чай сладкий с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	394
	Батон с маслом, сыром	40/5/11	1,23	3,78	7,31	68	1,7
<b>Итого за завтрак</b>		<b>416</b>	<b>14,85</b>	<b>16,64</b>	<b>63,26</b>	<b>402</b>	<b>*</b>
10.00	Сок	100	0,75	0,2	15,15	64	399
Обед	Огурец соленый порционно	50	0,16	0,02	0,34	2	700
	Щи из капусты с тушеным мясом	180/9	4,1	4,74	8,21	115	67
	Плов из тушеной говядины	140	15,66	12,24	23,23	201	244
	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,02	24,99	90	376
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	1
<b>Итого за обед</b>		<b>609</b>	<b>23,62</b>	<b>17,62</b>	<b>73,47</b>	<b>495</b>	<b>*</b>
Полдник	Пряник	55	3,24	6,16	25,84	174	3
	Чай с сахаром	195	0,07	0,02	11,1	44	392
<b>Итого за полдник</b>		<b>250</b>	<b>3,31</b>	<b>6,18</b>	<b>36,94</b>	<b>218</b>	<b>*</b>
Ужин	Макаронные изделия отварные	15	10,63	12,97	2,04	230	215
	Икра кабачковая	60	0,6	2,36	3,86	120	93
	Хлеб пшеничный	40	2,59	0,35	24,32	111	0002
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,1	44	392
<b>Итого за ужин</b>		<b>450</b>	<b>13,89</b>	<b>15,7</b>	<b>41,32</b>	<b>505</b>	<b>*</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1825</b>	<b>56,42</b>	<b>56,34</b>	<b>230,14</b>	<b>1684</b>	<b>*</b>

Цена: 179 руб.

Заведующий МБДОУ

Е.В.Набережных