

МЕНЮ

(весна-лето)

на 13 мая 2024г.

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод		
Неделя 3							
День 1							
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	180	7,49	8,17	36,03	147	185
	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	12,39	15,14	59,16	322	*
10.00	Сок	120	0,75	0,2	15,15	64	399
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	50	0,7	2,54	15,32	84	00030
	Суп гороховый с тушеной говядиной	180/10	7,54	5,85	34,03	107	65
	Каша гречневая с тушеным мясом	130/15	8,04	5,62	7,21	134	719
	Компот из черной смородины	180	0,27	0,11	19,94	82	375
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	1
	Итого за обед		615	19,85	14,72	93,2	494
Полдник	Пряник	50	3,24	6,16	25,84	174	3
	Кипяченое молоко	200	5,4	5,96	8,75	110	400
Итого за полдник		250	8,64	12,12	34,59	284	*
Ужин	Макароны отварные с сыром	192/18	9,29	14,6	22,71	318	206
	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	11,95	14,97	58,04	473	*
Итого за день:		1840	53,58	57,15	260,14	1637	*

Цена: 179 руб.

Заведующий МБДОУ

Е.В.Набережных

