

МЕНЮ

(весна-лето)

на 15 мая 2024г.

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод		
Неделя 3							
День 3							
Завтрак	Каша молочная «Дружба»	180	9,39	8,41	43,52	188	172
	Батон с маслом, сыром	40/5/6	4,71	8,21	7,31	98	1,7
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	397
Итого за завтрак		411	17,77	19,81	66,65	393	*
10.00	Банан	120	1,5	0,5	21	90	368
Обед	Помидоры свежие	50	0,66	0,12	2,28	14	71
	Суп картофельный с мясными фрикадельками, сметаной	180/15/3	4,36	3,64	12,31	120	83
	Ленивые голубцы в сметанно-томатном соусе	150/30	13,51	18,41	10,02	270	298
	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		658	22,23	22,79	66,3	593
Полдник	Зефир	50	0,4	0	32,6	125	153
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,01	44	392
Итого за полдник		250	0,47	0,02	43,61	169	*
Ужин	Омлет с сосисками	150	10,7	12,74	1,61	253	215
	Икра кабачковая	60	0,6	2,36	3,86	59	93
	Напиток из шиповника	200	0,61	0,25	18,68	79	398
	Хлеб пшеничный	40	2,59	0,35	24,32	111	0002
Итого за ужин		450	14,5	15,7	48,47	502	*
Итого за день:		1889	56,47	58,82	246,03	1747	*

Цена: 179 руб.

Заведующий МБДОУ

Е.В.Набережных