

МЕНЮ

(весна-лето)

на 22 мая 2024г.

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод		
Неделя 4							
День 3							
Завтрак	Творожная запеканка со сгущенным молоком	120/20	19,7	14,82	33,82	270	237
	Батон с маслом	40/5	1,23	3,78	7,31	68	1
	Какао с молоком	200	3,67	3,19	15,82	107	397
Итого за завтрак		385	24,6	21,79	56,95	445	*
10.00	Йогурт	112	5,22	4,5	7,38	95	401
Обед	Огурец соленый	40	0,16	0,02	0,34	2	700
	Суп крестьянский с крупой и курами	180/8	3,8	9,2	18,6	172	43
	Пюре из картофеля	130	3,16	4,87	14,36	113	321
	Печеночные оладьи	70	9,59	3,78	5,83	95	282
	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	20,41	18,49	80,82	571
Полдник	Хлеб с повидлом	60	3,24	6,16	25,84	177	25
	Напиток из смородины	190	0,18	0,07	19,3	78	649
Итого за полдник		250	3,42	6,23	45,14	255	*
Ужин	Каша молочная «Дружба»	210	9,39	8,41	43,52	301	172
	Хлеб пшеничный	20	2,59	0,35	24,32	111	0002
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,01	44	392
Итого за ужин		430	12,05	8,78	78,85	456	*
Итого за день		1835	65,7	59,79	269,14	1822	*

Цена: 179 руб.

Заведующий МБДОУ



Е.В.Набережных