

МЕНЮ

(весна-лето)

на 23 мая 2024г.

Возрастная категория: 3-7 лет*

Присм пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет ическая ценност	№ рецепт уры
			Белки	Жиры	Углевод		
Неделя 4							
День 4							
Завтрак	Каша геркулесовая молочная жидкая	180	6,82	8,91	28,76	172	185
	Батон с маслом, сыром	40/5/8	4,71	8,21	7,31	122	1,7
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	397
Итого за завтрак		413	15,2	20,31	51,89	401	*
10.00	Яблоко	130	0,4	0,4	9,8	44	368
Обед	Кабачковая икра	50	1,2	4,72	7,72	78	093
	Борщ с мясом, сметаной	180/9/3	8,86	6,51	12,3	143	62
	Макаронные изделия отварные	130	5,53	4,38	34,18	177	205
	Бефстроганов из отварной говядины	30/40	8,34	5,69	2,47	95	278
	Компот из вишни	180	0,29	0,07	21,78	89	372
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	1
Итого за обед		672	27,52	21,97	95,15	669	*
Полдник	Пряник	60	3,24	6,16	25,84	140	3
	Снежок	250	5,4	5	31,6	153	401
Итого за полдник		310	8,64	11,16	57,44	293	*
Ужин	Суфле из рыбы	140	19,4	19,26	14,88	180	268
	Салат картофельный	70	2,25	3,61	14,02	67	35
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	11,01	44	392
	Хлеб пшеничный	40	2,59	0,35	24,32	111	0002
Итого за ужин		450	24,31	23,24	64,23	402	*
Итого за день:		1975	76,07	77,08	278,51	1809	*

Цена: 179 руб.

Заведующий МБДОУ

Е.В.Набережных

