

МЕНЮ

(весна-лето)

на 24 мая 2024г.

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод		
Неделя 4							
День 5							
Завтрак	Каша молочная рисовая жидкая	180	5,18	7,31	32,25	156	185
	Батон с маслом	40/5	1,23	3,78	7,31	68	1
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	397
Итого за завтрак		405	10,08	14,28	55,38	331	*
10.00	Ряженка	144	2,9	2,5	4,2	51	401
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов с луком репчатым	50	0,57	3,09	2,36	40	15
	Суп полевой с мясом, сметаной	180/9/3	3,18	3,44	15,82	110	80
	Каша гречневая рассыпчатая	130	7,54	5,85	34,03	180	313
	Биточек мясной с подливой	60/10	9,32	7,07	9,64	150	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		672	24,31	20,07	103,54	669	*
Полдник	Печенье	60	3,24	14,16	25,84	174	151
	Чай с сахаром	190	0,07	0,02	11,01	44	392
Итого за полдник		250	3,31	14,18	36,85	218	*
Ужин	Творожники розовые со сметаной	120/14	11,69	10,59	36,23	203	238
	Банан нарезка	140	1,5	0,5	21	94	368
	Кисель	200	0,08	0,04	23,53	95	378
	Хлеб пшеничный	28	2,59	0,35	24,32	111	0002
Итого за ужин		502	15,86	11,48	105,08	503	*
Итого за день:		1973	56,46	62,51	305,05	1772	*

Цена: 179 руб

Заведующий МБДОУ

Е.В.Набережных