

МЕНЮ

(весна-лето)

на 29 мая 2024г.

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод		
Неделя 1							
День 3							
Завтрак	Суп молочный с рисовой крупой	180	4,82	5,93	16,74	150	94
	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	9,72	12,9	39,87	325	*
10.00	Яблоко	110	0,4	0,4	9,8	44	368
Обед	Помидоры свежие	50	0,66	0,12	2,28	10	71
	Свекольник на м/б	200/9	9,21	7,52	13,25	257	12
	Тефтели мясные с соусом	70/30	16,04	16,54	18,7	322	287
	Компот из сухофруктов	200	0,4	0,02	24,99	102	376
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	1
	Итого за обед		609	29,61	24,8	75,92	778
Полдник	Сухарики сладкие	50	4,58	14,35	58,25	150	31
	Сок	200	0,3	0,2	16,3	68	399
Итого за полдник		250	4,88	14,55	74,55	218	*
Ужин	Суп с рыбными консервами	210	7,88	7,72	22,47	330	87
	Хлеб пшеничный	40	2,59	0,35	24,32	111	0002
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	19,46	44	392
Итого за ужин		450	10,54	8,09	66,25	485	*
Итого за день:		1824	55,15	60,74	266,39	1850	*

Цена: 179 руб.

Заведующий МБДОУ

Е.В.Набережных