

Согласованно:  
Заведующий МДОУ



Меню на 5.09.2024г.



Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак 1</b>					
Батон нарезной	30	1,86	0,73	12,85	65,50
Сыр (порциями)	10	2,61	2,66	0,35	35,75
Молочная каша "Дружба"	180	5,66	3,59	30,41	176,62
Кофейный напиток с	180	2,74	2,83	13,17	89,15
<b>Итого за Завтрак 1</b>	<b>400</b>	<b>12,87</b>	<b>9,81</b>	<b>56,78</b>	<b>367,02</b>
<b>Завтрак 2</b>					
Соки, овощные, фруктовые, ягодные	180	1,05	0,15	19,80	90,00
<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>180</b>	<b>1,05</b>	<b>0,15</b>	<b>19,80</b>	<b>90,00</b>
<b>Обед</b>					
Винегрет	50	0,69	3,09	4,23	47,40
Рассольник Ленинградский	200	1,86	3,46	13,58	92,64
Жаркое по-домашнему	200	19,60	20,68	22,55	354,72
Компот из свежих плодов	180	0,17	0,17	12,52	52,21
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	85,40
<b>Итого за Обед</b>	<b>680</b>	<b>25,62</b>	<b>28,00</b>	<b>69,58</b>	<b>632,37</b>
<b>Полдник</b>					
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46
Булочка домашняя	50	3,77	8,04	30,53	209,57
<b>Итого за Полдник</b>	<b>250</b>	<b>3,97</b>	<b>8,09</b>	<b>40,58</b>	<b>251,03</b>
<b>Ужин</b>					
Биточки рыбные	80	9,32	4,89	7,54	111,41
Рис отварной с овощами	130	3,22	4,78	32,17	184,51
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46
Хлеб пшеничный	40	3,00	1,16	19,68	104,68
<b>Итого за Ужин</b>	<b>450</b>	<b>15,74</b>	<b>10,88</b>	<b>69,44</b>	<b>442,06</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1 960</b>	<b>59,25</b>	<b>56,93</b>	<b>256,18</b>	<b>1 782,48</b>