

Согласованно:  
Заведующий МДОУ



Утверждаю: ген. директор  
ФГБУ ВНИИП  
№ 1  
И. С. Зубавленко

Меню на 13.08.2024г.

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углевод	
<b>Завтрак 1</b>					
Батон нарезной	25	1,86	0,73	12,85	65,50
Масло (порциями)	5	0,04	3,9	0,05	35,44
Каша манная молочная	190	6,94	3,33	38,51	222,86
Какао с молоком	180	3,44	3,62	15,12	106,86
<b>Итого за Завтрак 1</b>	<b>400</b>	<b>12,28</b>	<b>11,58</b>	<b>66,53</b>	<b>430,66</b>
<b>Завтрак 2</b>					
Фрукт свежий (яблоко)	200	0,78	0,78	19,21	87,02
<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>200</b>	<b>0,78</b>	<b>0,78</b>	<b>19,21</b>	<b>87,02</b>
<b>Обед</b>					
Салат из свежих помидоров	50	0,50	5,10	1,75	55,00
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,31	1,93	16,65	93,18
Плов из птицы	200	23,90	10,30	38,19	340,80
Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	18,67	79,41
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32
<b>Итого за Обед</b>	<b>670</b>	<b>29,96</b>	<b>18,06</b>	<b>88,62</b>	<b>636,71</b>
<b>Полдник</b>					
Булочка "Творожная"	50	6,09	2,97	26,53	157,17
Кефир	200	5,83	6,43	8,04	113,40
<b>Итого за Полдник</b>	<b>250</b>	<b>11,92</b>	<b>9,40</b>	<b>34,57</b>	<b>270,57</b>
<b>Ужин</b>					
Запеканка картофельная с мясом или печенью 160/40	200	10,74	8,25	29,68	311,25
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46
Хлеб пшеничный	50	3,10	1,22	21,41	109,17
<b>Итого за Ужин</b>	<b>400</b>	<b>14,04</b>	<b>9,52</b>	<b>61,14</b>	<b>461,88</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1 920</b>	<b>68,98</b>	<b>49,34</b>	<b>270,07</b>	<b>1 886,84</b>