28-Апреля-2025

Сад

МЕНЮ

"Утверждаю"

Ю.В.Зимина

МБДОУ д/с16

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК								
1	Каша овсянная (геркулес) жидкая молочная	200,00	3,56	6,26	24,02	166,24	0,00	111/3
2	Бутерброды с маслом сливочным	35,00	2,15	6,60	12,79	119,00	0,00	1
3	Кофейный напиток с молоком	180,00	2,81	2,39	12,76	84,01	1,17	264
4	Второй завтрак	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
5	Чай с молоком или сливками	150,00	2,66	2,33	11,31	77,00	0,02	263
6	Печенье	18,00	1,15	3,02	12,33	81,18	0,00	309
Итого завтрак:			12,32	20,61	73,21	527,42	1,19	
ОБЕД								
1	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	200,00	6,00	0,90	23,06	132,84	5,36	66/1
2	Плов из мяса	210,00	33,60	31,04	56,20	638,40	0,86	200 /1
3	Кабачковая икра	30,00	0,36	1,41	2,31	23,40	2,88	315
4	Хлеб ржаной	45,00	2,21	0,45	20,16	94,50	0,00	311
5	Компот из сушеных фруктов	180,00	0,40	0,02	24,98	102,60	0,36	253
Итого обед:			42,56	33,82	126,71	991,74	9,46	
ПОЛДНИК								
1	Салат картофельный	130,00	1,98	6,63	17,88	139,10	1,52	39
2	Хлеб пшеничный	16,00	1,22	0,13	7,87	37,60	0,00	310
3	Чай с сахаром	180,00	0,07	0,02	12,58	50,40	0,02	261
Итого полдник:			3,26	6,78	38,33	227,10	1,54	
Итого за день:			58,15	61,20	238,25	1 746,26	12,19	
Стоимость дня:								193,51р.