

30-Апреля-2025

Сад

## МЕНЮ

"Утверждаю"

Ю.В.Зими́на

МБДОУ д/с16

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
1	Каша пшеничная жидкая молочная	200,00	5,48	5,72	33,60	205,20	0,00	111/5
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	<b>Второй завтрак</b>	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
5	Напиток из плодов шиповника	150,00	0,51	0,21	14,24	61,01	75,00	267
Итого завтрак:			10,95	14,93	73,39	469,21	76,17	
<b>ОБЕД</b>								
1	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне	200,00	3,10	4,26	7,92	82,52	14,86	56/1
2	Сметана	10,00	0,26	1,50	0,36	16,20	0,04	319
3	Каша вязкая гречневая	130,00	4,16	4,21	18,17	126,75	0,00	106/1
4	Гуляш из отварного мяса (фаршем)	70,00	9,00	7,24	2,31	110,25	0,35	177
5	Хлеб ржаной	35,00	1,72	0,35	15,68	73,50	0,00	311
6	Чай с сахаром	180,00	0,07	0,02	12,58	50,40	0,02	261
Итого обед:			18,30	17,58	57,03	459,62	15,27	
<b>ПОЛДНИК</b>								
1	Сдоба обыкновенная	100,00	6,24	4,72	52,30	282,00	0,00	290
2	Чай с молоком или сливками	180,00	3,19	2,79	13,57	92,39	0,02	263
Итого полдник:			9,43	7,51	65,87	374,39	0,02	
Итого за день:			<b>38,68</b>	<b>40,02</b>	<b>196,29</b>	<b>1 303,23</b>	<b>91,46</b>	
Стоимость дня:								<b>193,51р.</b>

