

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
детский сад № 73
Е.Н.Андреева

МЕНЮ

Меню приготовленных блюд (ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ 3 – 7 ГОДА) 12-часовой режим
пребывания

XIII день: Среда	Неделя: третья	Наименование учреждения : МБДОУ детский сад №73
---------------------	----------------	--

08.05.2024

Прием пищи	Наименование блюда	Мас са пор ции	Пищевые вещества (г)			Энер гетич еская ценн ость (ккал)	Ви там ин С	№ реце птур ы
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша рисовая молочная вязкая со сл. маслом и сахаром	200	2,0	4,0	27,0	154,0		199
	Кофейный напиток с молоком	180	2,9	2,4	14,4	91	-	414
	Хлеб пшеничный	40	2,68	0,4	20,0	96	-	
	Масло сливочное	7	0,03	5	0,05	46,2		6
	<i>Итого</i>	427	7,61	11,8	61,45	387,2		
2 завтрак	Сок плодово-ягодный	100	0,5	-	10,1	42,4	2,0	418
	<i>Итого</i>	100	0,5	-	10,1	42,4	2,0	
Обед	Салат из свеклы с маслом растительным	50	0,6	3	4,2	47,0	3,3	34
	Свекольник со сметаной	200	2,1	5,3	11,8	105,2	7,1	64
	Жаркое по-домашнему	200	25,0	6,8	19,9	240,9	1,8	292
	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,0	25,0	103,0	0,3 6	394
	Хлеб ржаной	35	0,99	0,18	5,1	25,6		
	<i>Итого:</i>	660	30,2 9	15,4 3	73,5	560,7	14, 76	
Полдник	Кисломолочный напиток	180	5,0	5,7	7,2	101,0	1,2	420
	Сушка	35	2,1	2,7	21,3	166,8	-	
	<i>Итого:</i>	215	7,1	8,4	28,5	277,8	1,2	
Ужин	Салат из морковью	50	0,7	3,64	4,5	43,9	16, 2	21
	Котлета рыбная любительская	70	9,4	2,96	7,5	94,5	2,4	272
	Соус томатный	30	0,3	1,3	2,4	22,35	0,7	366
	Рис отварной	130	3,2	4,7	31,8	181,7 4	-	332
	Чай с сахаром и лимоном	180	0,12	0,02	12,2	49,5	2,8	412
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,2	51,2		
	<i>Итого:</i>	490	15,7 8	12,9 8	68,6	443,1 9	22, 0	
<i>Итого за XIII день:</i>		1892	61,2	48,6 1	242,1 5	1711, 29	39, 96	