

Утверждаю:
Заведующий МДОБУ
Саракташский д\с №11

Меню на " 08 " июля 2025 год

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		3-7 лет	Б	Ж	У	
Завтрак 1	<i>Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным</i>	200,00	6,40	7,40	27,20	202,00
	<i>Чай с молоком</i>	180,00	1,26	1,26	10,08	54,90
	<i>Хлеб с маслом</i>	30,00	1,95	3,85	11,75	90,50
Итого за 1 завтрак:		410,00	9,61	12,51	49,03	347,40
Завтрак 2	<i>Фрукты свежие</i>	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого за 2 завтрак:		100,00	0,40	0,40	9,80	47,00
Обед:	<i>Салат из белокочан капусты с морковью и растит маслом</i>	50,00	0,84	3,34	4,92	52,50
	<i>Свекольник</i>	200,00	1,80	4,10	11,90	95,00
	<i>Плов из отварного мяса говядины</i>	160,00	11,90	11,65	27,71	265,60
	<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	180,00	0,45	0,00	24,30	99,00
	<i>Хлеб ржано- пшеничный</i>	20,00	1,32	0,24	6,80	36,20
	<i>Хлеб пшеничный</i>	40,00	3,16	0,40	19,32	94,00
Итого за обед:		650,00	19,47	19,73	94,95	642,30
Полдник	<i>Какао с молоком</i>	180,00	3,24	2,97	22,50	129,60
	<i>Бутерброды с джемом или повидлом</i>	50,00	2,28	3,58	26,26	146,37
Итого за полдник:		230,00	5,52	6,55	48,76	275,97
Итого за второй день:		1390,00	35,00	39,19	202,54	1312,67