

Утверждаю:
Заведующий МДОБУ
Саракташский д\с №11

Меню на " 22 " июля 2025 год

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		3-7 лет	Б	Ж	У	
Завтрак 1	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200,00	6,40	7,40	27,20	202,00
	Чай с молоком	180,00	1,26	1,26	10,08	54,90
	Хлеб с маслом	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	Фрукты свежие	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:	Салат из белокочан капусты с морковью и растит маслом	50,00	0,84	3,34	4,92	52,50
	Свекольник	200,00	1,80	4,10	11,90	95,00
	Плов из отварного мяса говядины	160,00	11,90	11,65	27,71	265,60
	Компот из смеси сухофруктов	180,00	0,45	0,00	24,30	99,00
	Хлеб ржано- пшеничный	20,00	1,32	0,24	6,80	36,20
	Хлеб пшеничный	40,00	3,16	0,40	19,32	94,00
Итого за обед:		650,00	19,47	19,73	94,95	642,30
Полдник	Какао с молоком	180,00	3,24	2,97	22,50	129,60
	Бутерброды с джемом или повидлом	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