

Утверждаю:
Заведующий МДОБУ
Саракташский д\с №11

Меню на " 25 " июля 2025 год

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	
			3-7 лет	Б	Ж		У
Завтрак 1	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200,00	6,00	5,80	42,40	248,00	
	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	9,21	10,91	64,23	393,40	
Завтрак 2	Сок фруктовый	120,00	0,60	0,12	12,10	55,20	
Итого за 2 завтрак:		120,00	0,60	0,12	12,10	55,20	
Обед	Овощи натуральные (огурец)	50,00	0,40	0,05	1,25	7,00	
	Суп крестьянский со сметаной	200,00	2,42	1,62	13,20	92,08	
	Мясо тушеное с овощами в соусе	160,00	15,79	12,03	10,93	215,28	
	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	23,54	14,34	75,80	543,56
	Полдник	Кисломолочные продукты	180,00	5,40	0,09	7,20	72,00
Печенье		40,00	3,00	3,92	29,76	166,80	
Итого за полдник:		220,00	8,40	4,01	36,96	238,80	
Итого за пятый день:		1400,00	41,75	29,38	189,09	1230,96	