

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Утверждаю:

И.о. зав. МДОУ "Детский сад № 7 "Огонек"

Шкодий И.В.

Неделя: Первая

День Среда Дата: 30.10.2024г.

Сезон Осенне-зимнее

Возрастная категория: 1-3/3-7 лет

№ рецептуры	Ясли/Сад	МДОУ "Детский сад № 7 "Огонек"			Ясли/Сад			
	Прием пищи	Раздел	Блюдо	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
185	Завтрак	гор.блюдо	Каша пшеничная молочная с маслом	150/200	4,9/6,53	4,47/5,97	23,43/31,23	154,5/206
392		гор.напиток	Чай с сахаром	150/150	0,05/0,05	0,017/0,017	0	28/40
			Хлеб пшеничный	30/40	1,98/2,28	0,36/0,27	10,59/14,07	54/69
			Итого за завтрак		6,93/8,86	4,847/6,257	34,02/45,3	236,5/315
399	Завтрак 2		Сок фруктовый	100\100	0,507/0,507	0	0,2/0,2	43/43
82	Обед	1 блюдо	Суп картофельный с макаронами	150/200	1,61/2,675	1,703/2,838	10,28/17,14	62,85/104,75
274		2 блюдо	Мясо говядины тушенное в соусе с овощами	140/170	9,88/11,8	10,91/13,10	9,6/11,2	213,7256,7
134			Свекла тушеная	50/50	0,72/1,20	2,61/4,35	3,15/5,26	65/65
376		3 блюдо	Компот из сухофруктов	150/180	0,06/0,72	0	16,36/19,64	65/69
			Хлеб пшеничный	30/40	1,98/2,28	0,36/0,27	10,59/14,07	54/69
			Хлеб ржаной	30/40	1,98/2,28	0,36/0,27	10,59/14,07	54/69
			Итого за обед		19,187/24,642	18,183/23,738	85,82/113,75	688,55/847,15
458	Полдник		Ватрушка с повидлом	55/65	7,23/8,54	6,83/8,07	22,2/26,19	179,4/212
395		гор.напиток	Кофейный напиток с молоком	150/180	2,34/2,85	2,00/2,41	10,63/14,36	70/91
	Итого		Итого за полдник		9,57/11,39	8,83/10,48	32,83/40,55	186,4/303
			Итого		35,687/44,892	31,177/40,475	152,37/199,6	1111,45/1465,15

