

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА № 34 «МИШУТКА» ГОРОДА НОВОШАХТИНСКА

Меню на 28.06.2024 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые свойства			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			ДЕНЬ 10 3-7 лет				
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Суп молочный с крупой (гречневая)	200	4,94	6,06	18,62	148,54	29
	Чай сладкий	200	0,1	0	20,2	77,1	24
	Бутерброд с сыром	20/5/12	6,68	8,45	19,39	180	3
	Хлеб пшеничный	20	2,14	0,9	8,7	54,8	1
2й Завтрак	Сок фруктовый	100	0	0	7,5	30	
	Итого за завтрак:	557	13,86	15,41	74,41	490,44	
Обед	Суп картофельный с крупой (перловая)	200	2,15	2,27	13,71	83,8	50
	Тефтели из говядины с рисом ("ежики")	80	8,78	5,38	10,3	124,97	395
	Капуста тушеная	200	4	6,08	12,02	136,44	200
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,12	0	16,42	62,54	527
	Хлеб пшеничный	50	5,35	2,25	21,75	137	1
	Хлеб ржано-пшеничный	20	2,55	0,99	12,75	77,7	1
	Итого за обед:	750	22,95	16,97	86,95	622,45	
Полдник	Вафли	40	1,1	1,3	30,9	142	
	Ряженка	200	7,8	5	8,4	108	698
	Итого за полдник:	240	8,9	6,3	39,3	250	
Ужин	Рагу из овощей	200	2,23	4,04	10,16	86,67	77
	Чай сладкий	200	0,1	0	20,2	77,1	24
	Хлеб пшеничный	20	2,14	0,9	8,7	54,8	1
	Итого за ужин:	420	4,47	4,94	39,06	218,57	
	Итого за день:	1967	50,18	43,62	239,72	1581,46	

И.С.Саханина

Заведующий хозяйством:

