

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

**Меню на 15.04.2024 г.**

Приём пищи	Наименование блюда	ДЕНЬ 6 3-7 лет				Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Вес блюда	Пищевые вещества				
		Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,33	3,2	28,59	168,17	243
	Чай сладкий	200	0,1	0	20,2	77,1	24
	Бутерброд с маслом	30/10	3,29	9,59	13,3	157	1; 6
2й Завтрак	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>490</b>	<b>10,12</b>	<b>13,19</b>	<b>71,89</b>	<b>449,27</b>	
Обед	Суп картофельный с крупой (пшено)	200	2,18	2,84	14,29	91,5	80
	Ленивые голубцы	200	19,76	22,73	16,82	352,36	377
	Огурец свежий/соленый	50	0,4	0	9,03	7	11
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,12		16,42	62,54	527
	Хлеб пшеничный	50	5,35	2,25	21,75	137	1
	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	12,75	77,7	1
	<b>Итого за обед:</b>	<b>730</b>	<b>29,96</b>	<b>28,81</b>	<b>82,03</b>	<b>721,1</b>	
Полдник	Пирожки с повидлом	70	3,87	3,24	24,14	141,43	213
	Кефир	180	5,8	5	8	106	
	<b>Итого за полдник:</b>	<b>250</b>	<b>9,67</b>	<b>8,24</b>	<b>32,14</b>	<b>247,43</b>	
Ужин	Рыба, тушенная в томате с овощами	100	13,88	5,9	3,02	120,87	349
	Картофельное пюре	150	3,15	6,6	16,35	138	434
	Какао с молоком	200	3,72	3,64	15,98	110,36	508
	Хлеб пшеничный	20	2,14	0,9	8,7	54,8	1
	<b>Итого за ужин:</b>	<b>470</b>	<b>22,89</b>	<b>17,04</b>	<b>44,05</b>	<b>424,03</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>1940</b>	<b>72,64</b>	<b>67,28</b>	<b>230,11</b>	<b>1841,83</b>	

Заведующий хозяйством:

И.С.Саханина

