

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

Меню на 18.04.2024 г.

ДЕНЬ 9 3-7 лет									
Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры		
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	Вареники ленивые	150	23,2	7,01	23,72	250,87	79		
	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			
	Итого за завтрак:	520	26,99	17	67,02	531,97			
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,09	5,02	7,41	79,36	34		
	Макаронные изделия отварные	150	38,42	5,49	207,62	103	204		
	Гуляш из мяса отварного	70	10,18	11,75	2,01	154,55	420		
	Салат из свеклы отварной	50	0,8	2,7	4,6	45,6	33		
	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	30	2,55	0,99	12,75	77,7	1		
	Итого за обед:	750	58,51	28,2	272,56	659,75			
Полдник	Рогалик с повидлом	50	1	2	7	128	47		
	Яйцо вареное	20	2,54	2,3	0,14	31,5	213		
	Кефир	180	5,8	5	8	106			
	Итого за полдник:	250	9,34	9,3	15,14	265,5			
Ужин	Каша манная молочная жидкая	200	5,44	7,06	27,29	194,94	62		
	Чай с молоком	200	3,72	3,64	15,98	110,36			
	Хлеб пшеничный	20	2,14	0,9	8,7	54,8	1		
	Итого за ужин:	420	11,3	11,6	51,97	360,1			
	Итого за день:	1940	106,14	66,1	406,69	1817,32			

Заведующий хозяйством

И.С.Саханина

