

## МЕНЮ

**на 20 марта 2024 г.**

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Вареники ленивые отварные	145/165	11,85/15,76	14,1/16,62	23,06/27,18	305,3/359,82	№230
	со сметанным соусом	25/35	0,39	1,85	1,65	25,14	№367
	Батон пшеничный	25/30	1,88/2,25	0,73/0,87	12,83/15,42	65,5/78,6	№701
	Масло порциями	5	0,06	3,08	0,09	28,3	№6
	Чай с сахаром	180/200	0,14/0,16	0,00	5,54/6,16	23,02/25,58	№393
2 завтрак	Сок фруктовый	100	0,40	0,40	9,80	47	№368
Обед	Борщ украинский	150/200	2,73/3,64	4,85/6,46	14,09/18,78	111,85/149,14	№82
	Котлета рубленая	60/80	12,44/16,83	12,73/17,05	14,62/16,16	216,64/237,48	№282(1)
	Каша рассыпчатая гречневая	110/130	2,73/2,85	2,56/2,86	25,81/35,78	141,26/166,95	№165(1)
	Овощи натуральные соленые	40/50	0,32/0,4	0,04/0,05	0,68/0,85	4,5	№70
	Хлеб пшеничный	30/40	1,19/1,58	0,15/0,20	7,24/9,66	32,04/42,72	№701(1)
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,30	18,7	87	№700
	Компот из сушеных фруктов	150/180	0,04/0,05	0,00	8,7/10,44	33,12/39,74	№376
Полдник	Бутерброд с повидлом	35/50	1,66/2,37	0,21/0,3	10,14/14,49	44,86/64,08	№2
	Напиток кисломолочный	180/200	5,4/6,0	1,8/2	7,2/8,0	72/80	№401(1)
Ужин	Каша молочная манная	180/200	2,85/3,46	2,85/3,46	30,41/37,22	151,48/201,98	№185(2)
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	№701(1)
	Чай с сахаром	180/200	0,14/0,16	0,00	5,54/6,16	23,02/25,58	№393

Заведующий МБ ДОУ № 8

В.И.Шкуридина