

МЕНЮ

на 18 июля 2024 г.

| Прием пищи | Наименование блюд | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергет. ценность | № рецептуры |
|------------|---------------------------|-----------|------------------|-------------|-------------|-------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | Каша молочная геркулес | 150/200 | 2,65/3,92 | 2,65/3,19 | 26,1/32,93 | 161,87/199,72 | №185(3) |
| | Батон пшеничный | 25/30 | 1,88/2,25 | 0,73/0,87 | 12,83/15,42 | 65,5/78,6 | №701 |
| | Масло сливочное | 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 | Яблоко | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47 | №368 |
| Обед | Суп лапша домашняя | 150/200 | 3,9/5,5 | 4,4/6,1 | 7,9/9,7 | 87/116 | №148 |
| | Плов из говядины | 140/160 | 11,97/15,10 | 15,89/19,58 | 27,96/35,95 | 335,76/398,02 | №304 |
| | Капуста квашеная | 40/60 | 0,69/1,04 | 0,71/1,07 | 1,55/2,32 | 16,4/24,61 | №47 |
| | 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 | Кондитерское изделие | 25/50 | 1,88/3,75 | 2,95/5,9 | 18,73/37,45 | 104,28/208,55 | №609 |
| | Молоко кипяченое | 180/200 | 5,4/6,0 | 1,8/2 | 7,2/8,0 | 72/80 | №400 |
| Ужин | Яйцо вареное | 40 | 6,22 | 5,64 | 0,34 | 76,93 | №213 |
| | Каша вязкая пшеничная | 110/130 | 2,85/3,75 | 1,88/2,86 | 20,74/25,81 | 109,66/141,26 | №168(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