

МЕНЮ

на 23 октября 2024 г.

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша молочная с крупой геркулес	150/200	3,15/3,86	3,50/4,38	29,9/35,46	154,33/205,78	№185(3) №701 №6 №393
	Батон	25/30	1,88/2,25	0,73/0,87	12,85/15,42	65,5/78,6	
	Масло (порциями)	5	0,06	3,08	0,09	28,3	
	Чай с сахаром	180/200	0,14/0,16	0,00	5,54/6,16	23,02/25,58	
2 завтрак	Сок фруктовый	100	0,40	0,40	9,80	76	№399(1)
Обед	Суп картофельный с перловой крупой	150/200	4,20/5,60	2,73/3,64	14,86/19,82	102,35/136,46	№15
	Бефстроганов из отварного мяса	60/80	8,25/11,66	9,98/11,31	4,59/6,12	187,58/203,44	№278
	Макаронные изделия отварные с маслом	110/130	1,84/2,72	1,50/2,13	29,51/34,88	168,65/199,32	№205
	Овощи натуральные соленные (огурцы)	40/60	0,32/1,04	0,04/1,07	0,68/2,32	4/5	№47
	Хлеб пшеничный	30/40	1,32/1,65	0,18/0,22	7,60/9,50	39,8/49,75	№701(2)
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,30	18,70	87	№700
	Компот из сушеных фруктов	150/180	0,04/0,05	0,00	8,7/10,44	33,12/39,74	№376
Полдник	Булочка «Веснушка»	60	2,37/3,16	3,42/3,90	40,43/45,91	19,38/25,84	№473
	Напиток кисломолочный	150/200	4,50/5,40	1,50/1,80	6,00/7,20	60/72	№401(1)
Ужин	Яйца вареные	40	6,22	5,64	0,34	76,93	№213
	Каша вязкая пшеничная	130/140	3,75/4,43	1,88/2,22	20,74/24,51	109,66/129,60	№168(2)
	Хлеб пшеничный	15/20	1,19/1,58	0,15/0,20	7,24/9,66	32,04/42,72	№701(1)
	Чай с сахаром	180/200	0,16/3,46	0,00	6,16/10,60	23,02/25,58	№393

Заведующий МБ ДОУ № 8

В.И.Шкуридина