

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 7

Зав. Савченко И.А.

**Меню**

5 Июня 2026

Наименование блюда		Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецепт
		Выход	Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак</b>	Капуста тушеная	130/150	7,2	7,02	27,1	130,74	
	Рыба тушеная кусочками	60/30	8,32	4,8	4	91,44	
	Батон	30,00	2,4	0,46	14,62	73,4	
	Масло сливочное(порциями)	6,00	0,03	3,63	0,04	37,4	
	Чай с сахаром	180/200	0,12	0,03	8,02	28,03	*
<b>Итого за завтрак</b>		<b>516/566</b>	<b>32,01</b>	<b>21,18</b>	<b>84,58</b>	<b>561,11</b>	
<b>Обед</b>	Суп Крестьянский	180/200	2,26	2,29	17,41	92,75	*
	Птица тушеная кусочками	130/150	4,63	7,33	7,43	116	
	Каша пшеничная	130/150	9,15	5,25	37,5	231	
	Хлеб ржаной	30	3,6	0,83	19,57	99,18	
	Хлеб пшеничный	50	4,56	0,54	29,82	141	
	Компот из сухофруктов	180/200	0,56	0	27,89	113,79	
<b>Итого за обед</b>		<b>620/690</b>	<b>25,7</b>	<b>16,35</b>	<b>146,1</b>	<b>826,62</b>	
<b>Полдник</b>	Печенье	40	0,22	5,6	28,2	172	*
	Чай с сахаром	180/220	0	0	11,2	45	*
<b>Итого за полдник</b>		<b>210/240</b>	<b>0,22</b>	<b>5,6</b>	<b>39,4</b>	<b>217</b>	
<b>Ужин</b>	Каша молочная Геркулес	180/200	4,6	8,6	24,8	202,2	
	Какао с молоком	180/200	3,77	3,93	25,95	153,92	
	Хлеб йодированный	50	4,25	1,65	21,25	121	
<b>Итого за ужин</b>		<b>360/440</b>	<b>12,62</b>	<b>14,18</b>	<b>72</b>	<b>477,12</b>	