

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 7

Зав.Савченко И.А.

**Меню**

6 Марта 2026

Наименование блюда		Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецепт
		Выход	Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак</b>	Капуста тушенная	130/150	7,2	7,02	27,1	130,74	
	Рыба тушенная кусочками	70	7,2	7,02	27,1	130,74	
	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>30,89</b>	<b>23,4</b>	<b>107,7</b>	<b>600,41</b>	
<b>Обед</b>	Суп Крестьянский	180/200	1,85	6,19	12,34	112,47	*
	Плов из птицы	130/150	26,5	32,3	29,2	533	
	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>37,97</b>	<b>39,92</b>	<b>124,1</b>	<b>1025,84</b>	
<b>Полдник</b>	Печенье	40	0,22	5,6	28,2	172	*
	Молоко кипяченое	180/220	5,59	6,38	9,38	117,31	*
<b>Итого за полдник</b>		<b>210/240</b>	<b>5,81</b>	<b>11,98</b>	<b>37,58</b>	<b>289,31</b>	
<b>Ужин</b>	Каша молочная Геркулес	180/200	4,6	8,6	24,8	202,2	
	Кофейный напиток	180/200	0,12	0,03	8,02	28,03	
	Хлеб йодированный	50	4,25	1,65	21,25	121	
<b>Итого за ужин</b>		<b>360/440</b>	<b>8,97</b>	<b>10,28</b>	<b>54,07</b>	<b>351,23</b>	