

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 7

Зав.Савченко И.А.

Меню

6 Августа 2026

| Наименование блюда |                                                               | Пищевые вещества |       |       |          | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецепт |
|--------------------|---------------------------------------------------------------|------------------|-------|-------|----------|----------------------------|-------------|
|                    |                                                               | Выход            | Белки | Жиры  | Углеводы |                            |             |
| Завтрак            | Каша молочная Рисовая                                         | 180/200          | 6,4   | 8,1   | 34,23    | 236                        |             |
|                    | Батон                                                         | 30               | 2,4   | 0,46  | 14,62    | 73,4                       |             |
|                    | Масло сливочное(порциями)                                     | 6,00             | 0,08  | 4,35  | 0,05     | 39,66                      |             |
|                    | Чай с сахаром                                                 | 180/200          | 0,07  | 0,01  | 15,31    | 61,62                      | *           |
| Итого за завтрак   |                                                               | 481/551          | 12,15 | 14,18 | 98,43    | 583,08                     |             |
| Обед               | Свекольник                                                    | 180/200          | 3,82  | 12,1  | 13,2     | 138,23                     | *           |
|                    | Печеночное суфле                                              | 70               | 15,5  | 19,24 | 3,13     | 246                        |             |
|                    | Макароны отварные                                             | 130/150          | 5,52  | 5,25  | 36       | 210                        |             |
|                    | Хлеб пшеничный                                                | 50               | 3     | 0,5   | 21       | 70                         |             |
|                    | Хлеб ржаной                                                   | 40               | 3,87  | 0,7   | 18,85    | 100,5                      |             |
|                    | Компот из смеси сухофруктов                                   | 180/200          | 0,56  | 0     | 27,89    | 113,79                     |             |
| Итого за обед      |                                                               | 670/750          | 32,82 | 42,84 | 133,3    | 885,17                     |             |
| Полдник            | Пряник                                                        | 40               | 6     | 5     | 8        | 138,4                      | *           |
|                    | Сок фруктовый                                                 | 180/200          | 0     | 0     | 11,2     | 45                         | *           |
| Итого за полдник   |                                                               | 210/230          | 6     | 5     | 19,2     | 183,4                      |             |
| Ужин               | Запеканка творожная с заливкой из сметаны и сгущенного молока | 180              | 0,8   | 2,73  | 25,02    | 178,5                      |             |
|                    | Какао с молоком                                               | 180/200          | 5,59  | 6,38  | 9,38     | 117,31                     |             |
|                    | Итого за ужин                                                 | 330/400          | 6,39  | 9,11  | 34,4     | 295,81                     |             |