Заведующий МБ ДОУ № 7

Зав.Савченко И.А.

Меню

10 Июня 2026

Наименование блюда		Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецепта
		Выход	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Омлет натуральный	70	5,82	9,02	1,52	110,54	
	Масло сливочное(порциями)	6	0,08	4,35	0,05	39,66	
	Батон	30,00	2,4	0,46	14,62	73,4	
	Чай с сахаром	180/200	0,12	0	12,4	48,64	*
Итого за завтрак		496/546	12,62	14,23	49,59	408,74	
Обед	Борщ из свежей капусты	180/200	1,54	5,42	10,87	102,08	*
	Птица тушенная кусочками	70	4,63	7,33	7,43	116	
	Каша пшенная	130/150	6,57	6,42	39,1	241,2	
	Хлеб пшеничный	50	4,25	1,65	21,25	121	
	Хлеб ржаной	50/40	4,05	0,5	24,4	121	
	Компот из смеси сухофруктов	180/200	0,26	0,01	14,07	57,81	
Итого за обед		640/720	21,3	21,33	117,12	759,09	
Полдник	Пряник	60	8,81	4,45	35	215,2	*
	Ряженка	180/200	6	5	8	102	*
Итого за полдник		200/220	14,81	9,45	43	317,2	
Ужин	Суп молочный с крупой	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	40	2,4	0,4	17	56	
Итого за ужин		360/430	10,77	12,93	67,75	412,12	