

Заведующий МБ ДОУ № 7

Зав.Савченко И.А.

Меню

12 Августа 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	
	Икра кабачковая	50	2	0	7	45	
	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	*
	Тефтели из говядины	70	6,45	9,52	6,65	179,38	
	Макароны отварные	130/150	5,52	5,25	36	210	
	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	47,07	33,35	140,24	828,27	
Полдник	Пряник	40	8,81	4,45	35	215,2	*
	Йогурт фруктовый	180/200	3	1,5	15	85	*
	Итого за полдник	200/220	11,81	5,95	50	300,2	
Ужин	Вареники ленивые	180	27,9	8,41	28,47	301	
	Чай с сахаром	180/200	3,77	3,93	25,95	153,92	
	Итого за ужин	360/430	34,07	12,74	71,42	510,92	