

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 7

Зав.Савченко И.А.

Меню

14 Августа 2026

Наименование блюда		Пищевые вещества				Энергетическая ценность
		Выход	Белки	Жиры	Углев оды	
Завтрак	Капуста тушеная	130/150	7,2	7,02	27,1	130,74
	Рыба тушеная в томате	70	8,45	7,15	0,72	100,75
	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
Итого за завтрак		516/566	28,59	26,4	82,02	618,07
Обед	Суп картофельный с бобами	180/200	2,26	2,29	17,41	92,75
	Плов из птицы	130/150	26,5	32,3	29,2	533
	Хлеб ржаной	40	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
Итого за обед		620/690	48,12	41,42	169,8	1254,62
Полдник	Печенье	40	0,1	3	35	150
	Молоко кипяченое	180/200	6	5	8	102
Итого за полдник		210/240	6,1	8	43	252
Ужин	Каша Геркулес молочная	180/200	8,45	7,15	0,72	100,75
	Какао с молоком	180/200	5,59	6,38	9,38	117,31
Итого за ужин		360/440	19,19	15,24	36,63	365,46