

**Заведующий МБ ДОУ № 7**

**Зав.Савченко И.А.**

**Меню**

**15 Апреля 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	0	4	3	60	
	Батон	30,00	2,4	0,46	14,62	73,4	
	Чай с сахаром	180/200	0,12	0	12,4	48,64	*
	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>496/546</b>	<b>10,62</b>	<b>18,23</b>	<b>45,59</b>	<b>423,74</b>	
Обед	Борщ из свежей капусты	180/200	1,54	5,42	10,87	102,08	*
	Гуляш из говядины	70	6,45	9,52	6,65	179,38	
	Каша ячневая	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	
	<b>Итого за обед</b>	<b>640/720</b>	<b>22,07</b>	<b>22,35</b>	<b>113,24</b>	<b>791,27</b>	
Полдник	Булочка сдобная	60	8,81	4,45	35	215,2	*
	Ряженка	180/200	6	5	8	102	*
	<b>Итого за полдник</b>	<b>200/220</b>	<b>14,81</b>	<b>9,45</b>	<b>43</b>	<b>317,2</b>	
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	
	<b>Итого за ужин</b>	<b>360/430</b>	<b>10,77</b>	<b>12,93</b>	<b>67,75</b>	<b>412,12</b>	