

Утверждаю
.Заведующий МБ ДОУ № 7

Зав.Савченко И.А..

Меню

15 Июня 2026

Наименование блюда		Пищевые вещества				Энергетическая ценность
		Выход	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Яйцо отварное	70	8,45	7,15	0,72	100,75
	Макаронны отварные	130/150	5,52	5,25	36	210
	Масло сливочное(порционн	6,00	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	12,04	48,68
		100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак		516/556	16,97	17,61	73,23	519,49
Обед	Суп Гороховый	180/200	1,87	2,8	10,89	79,03
	Голубцы ленивые из говядин	60/70	6,45	9,52	6,65	179,38
	Каша пшеничная	130/150	9,15	5,25	37,5	231
	Хлеб ржаной	30	2,28	0,27	14,97	70,5
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,54	29,82	141
	Компот из сухофруктов	180	0,56	0	27,89	113,79
Итого за обед		610/690	24,87	18,38	127,72	814,7
Полдник	Пряник	60	8,81	4,45	35	215,2
	Кефир	180/200	6	5	8	102
Итого за полдник		240/260	14,81	9,45	43	317,2
Ужин	Каша молочная Геркулес	180/200	4,6	8,6	22,32	181,98
	Хлеб йодированный	40	2,4	0,4	17	56
	Какао с молоком	180/200	3,77	3,93	25,95	153,92
	Итого за ужин		390/430	10,77	12,93	65,27

