

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 7

Зав. Савченко И.А.

Меню

17 Апреля 2026

Наименование блюда		Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецепт
		Выход	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Капуста тушеная	130/150	7,2	7,02	27,1	130,74	
	Яйцо отварное	60/30	7,2	7,02	27,1	130,74	
	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 и лимоном	180/200	0,12	0,03	8,02	28,03	*
Итого за завтрак		516/566	30,89	23,4	107,7	600,41	
Обед	Суп Крестьянский	180/200	1,85	6,19	12,34	112,47	*
	Рыба тушеная в т/с	70	10,78	12,91	3,96	175,15	
	Макароны отварные	130/150	5,52	5,25	36	210	
	Хлеб ржаной	30	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	27,77	25,78	134,9	877,99	
Полдник	Печенье	40	0,22	5,6	28,2	172	*
	Молоко кипяченое	180/220	5,59	6,38	9,38	117,31	*
Итого за полдник		210/240	5,81	11,98	37,58	289,31	
Ужин	Каша молочная Геркулес	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	50	4,25	1,65	21,25	121	
Итого за ужин		360/440	12,62	14,18	72	477,12	