

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 7

Зав. Савченко И.А.

Меню

17 Июля 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	
	Рыба тушеная кусочками	70	8,32	4,8	4	91,44	
	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	28,46	24,05	85,3	608,76	
Обед	Суп картофельный скрупой	180/200	2,26	2,29	17,41	92,75	*
	Плов из птицы	130/150	26,5	32,3	29,2	533	
	Помидор свежий	50	0,45	0,1	2	9	
	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	38,87	36,17	132,4	1021,62	
Полдник	Пряник	40	0,22	5,6	28,2	172	*
	Молоко кипяченое	180/200	5,59	6,38	9,38	117,31	*
Итого за полдник		210/240	5,81	11,98	37,58	289,31	
Ужин	Каша Геркулес молочная	180/200	8,45	7,15	0,72	100,75	
	Чай с сахаром	180/200	0,12	0,03	8,02	28,03	
	Хлеб йодированный	50	4,25	1,65	21,25	121	
Итого за ужин		360/440	13,72	8,89	35,27	276,18	