

**Утверждаю  
Заведующий МБ ДОУ № 7**

**Савченко И.А.**

**Меню  
24 Марта 2026**

Наименование блюда		Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецепта
		Выход	Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак</b>	Каша манная молочная	180/200	8,32	4,80	4	91,44	
	Масло сливочное(порциями)	6,00	0,03	3,63	0,04	37,4	
	Батон	30,00	2,4	0,46	14,62	73,4	
	Чай с сахаром	180/200	0,12	0,03	8,02	28,03	*
<b>Итого за завтрак</b>		<b>481/551</b>	<b>40,65</b>	<b>29,34</b>	<b>198,2</b>	<b>581,3</b>	
<b>Обед</b>	Суп картофельный с макаронами	180/200	1,87	2,8	10,89	79,03	*
	Птица тушеная кусочками	70	10,78	12,91	3,96	175,2	
	Каша гречневая	130/150	4,53	19,5	25,6	297	
	Хлеб пшеничный	50	4,05	0,5	24,4	121	
	Хлеб ржаной	40	3,87	0,7	18,85	100,5	
	Компот из сухофруктов	180/200	0,56	0	27,89	113,8	
<b>Итого за обед</b>		<b>610/720</b>	<b>28,8</b>	<b>43,45</b>	<b>138,8</b>	<b>1069</b>	

<b>Полдник</b>	Печенье	<b>40</b>	<b>2,6</b>	<b>22,8</b>	<b>30,24</b>	<b>138,4</b>	*
	Фруктовый сок	<b>180/200</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>11,2</b>	<b>45</b>	*
<b>Итого за полдник</b>		<b>210/230</b>	<b>2,6</b>	<b>22,8</b>	<b>41,44</b>	<b>183,4</b>	
<b>Ужин</b>	Вареники ленивые с заливкой из сгущенного молока	<b>180</b>	<b>7,28</b>	<b>6,98</b>	<b>27,1</b>	<b>197,7</b>	
	Какао с молоком	<b>180/200</b>	<b>3,77</b>	<b>3,93</b>	<b>25,95</b>	<b>153,9</b>	
<b>Итого за ужин</b>		<b>330/400</b>	<b>11,05</b>	<b>10,91</b>	<b>53,05</b>	<b>351,7</b>	