

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 7

Зав.Савчи

Меню

24 Июля 2026

Наименование блюда		Пищевые вещества			
		Выход	Белки	Жиры	Углевод ы
Завтрак	Капуста тушенная	130/150	7,2	7,02	27,1
	Рыба тушенная кусочками	70	8,32	4,8	4
	Батон	30,00	2,4	0,46	14,62
	Масло сливочное(порциями)	6,00	0,03	3,63	0,04
	Чай с сахаром	180/200	0,12	0,03	8,02
	Свежие фрукты	100	1,5	0,5	21
Итого за завтрак		516/566	28,46	24,05	85,3
Обед	Суп картофельный с макаронами	180/200	2,26	2,29	17,41
	Плов из птицы	130/150	26,5	32,3	29,2
	Хлеб ржаной	40	3,6	0,83	19,57
	Хлеб пшеничный	50	4,56	0,54	29,82
	Компот из сухофруктов	180/200	0,56	0	27,89
Итого за обед		620/690	37,93	36,06	125,89
Полдник	Пряник	40	0,22	5,6	28,2
	Сок фруктовый	180/200	5,59	6,38	9,38
Итого за полдник		210/240	5,81	11,98	37,58
Ужин	Каша Геркулес молочная	180/200	8,45	7,15	0,72
	Молоко кипяченое	180/200	0,12	0,03	8,02
	Икра кабачковая	50	0,9	0,06	5,28
	Хлеб йодированный	50	4,25	1,65	21,25
	Итого за ужин	360/440	13,72	8,89	35,27

енко И.А.

Энергетическая ценность	№ рецепта
130,74	
91,44	
73,4	
37,4	
28,03	*
95	
608,76	
92,75	*
533	
99,18	
141	
113,79	
988,72	
172	*
117,31	*
289,31	
100,75	
28,03	
26,4	
121	
276,18	