

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 7

Зав.Савченко И.А.

Меню

30 июля 2026

Наименование блюда		Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецепт
		Выход	Белки	Жиры	Углево- ды		
Завтрак	Каша молочная Рисовая	180/200	6,4	8,1	34,23	236	
	Батон	30	2,4	0,46	14,62	73,4	
	Масло сливочное(порциями)	6,00	0,08	4,35	0,05	39,66	
	Фрукты свежие(яблоки)	100,00	0,4	0,4	9,8	52	
	Чай с сахаром	180/200	0,07	0,01	15,31	61,62	*
Итого за завтрак		481/551	12,15	14,18	98,43	583,08	
Обед	Свекольник	180/200	3,82	12,1	13,2	138,23	*
	Птица тушенная кусочками	70	26,5	32,3	29,2	533	
	Рагу овощное	130/150	3,14	7,04	27,21	182,46	
	Хлеб пшеничный	50	3	0,5	21	70	
	Хлеб ржаной	40	3,87	0,7	18,85	100,5	
	Компот из смеси сухофруктов	180/200	0,56	0	27,89	113,79	
Итого за обед		670/750	41,44	57,69	150,6	1144,63	
Полдник	Печенье	40	6	5	8	138,4	*
	Сок фруктовый	180/200	0	0	11,2	45	*
Итого за полдник		210/230	6	5	19,2	183,4	
Ужин	Запеканка творожная с заливкой из сметаны и сгущенного молока	180	0,8	2,73	25,02	178,5	
	Какао с молоком	180/200	5,59	6,38	9,38	117,31	
	Итого за ужин	330/400	6,39	9,11	34,4	295,81	