

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 7

Зав.Савченко И.А.

Меню

31 Июля 2026

Наименование блюда		Пищевые вещества				Энергетическая ценность
		Выход	Белки	Жиры	Углево ды	
Завтрак	Капуста тушенная	130/150	7,2	7,02	27,1	130,74
	Рыба тушенная 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
	Фрукты свежие	100,00	0,44	0,46	9,8	52
	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 Крестьянский	180/200	2,26	2,29	17,41	92,75
	Печень по строгановски	70	8,96	7,63	7,03	121,7
	Каша пшеничная	130/150	9,15	5,25	37,5	231
	Помидор свежий	50	0,55	0,1	1,9	11
	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	30,58	16,75	147,6	843,32
Полдник	Зефир	40	0,1	3	35	150
	Какао с молоком	180/200	5,59	6,38	9,38	117,31
	Итого за полдник	210/240	5,69	9,38	44,38	267,31
Ужин	Каша Геркулес молочная	180/200	8,45	7,15	0,72	100,75
	Молоко кипяченое	180/200	0,12	0,03	8,02	28,03
	Итого за ужин	360/440	13,72	8,89	35,27	276,18