

На 02 апреля 2024г. Меню

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МБДОУ детский сад «Липка»
 Стуфляева Е.В.



Наименование блюд		Выход	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	Витамин С	№ рецепт
			Белки	Жиры	Углеводы			
7 день								
1	Каша манная молочная жидкая	155	7,13	9,61	32,085	243,35	1,55	189
2	Чай с сахаром и молоком	200	2,42	1,8	23,22	115,56	1,1323	868
3	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,448	7,552	14,62	136	0	1
	Итого завтрак		11,998	18,962	69,925	494,91	2,6823	
	2 завтрак							
1	Сок фруктовый	167	0,95	0,07	18,23	71,32	6,8	134
	Итого 2 завтрак		0,95	0,07	18,23	71,32	6,8	
	Обед							
1	Суп картофельный с клетками на к/б	220	1,804	2,728	11,066	76,12	5,06	85
2	Куры отварные	90	17,34	15,30	0	219,38	0	317
3	Капуста тушеная	180	3,6	5,48	10,82	112,8	0,06	200
4	Компот из сухофруктов	200	0,44	0,02	27,76	113	0,4	376
5	Хлеб ржано-пшеничный	70	5,39	0,98	0	140,7	0	6/н
	Итого обед		28,574	24,508	49,646	662	5,52	
	Уплотненный полдник							
1	Пирожки печеные с повидлом	100	5,2	2	60,3	279,7	0,1	451
2	Йогурт ваниль	180	5,22	5,76	7,2	106,2	1,26	251
3	Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	44	10	368
	Итого полдник		10,82	8,16	77,3	429,9	11,36	
	Всего 7 день		52,342	51,7	215,101	1658,13	26,3623	