

Заведующий _____ Е.В. Карамушко

Меню Пятница 16.05.2025

Учреждение: МБДОУ "Детский сад № 107"

Категория довольствующихся: **САД 3-7 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 5							
Завтрак	Омлет натуральный	130	8,2	14,6	3,3	188,8	229
	Икра кабачковая консервированная	60	0,0	4,2	4,8	46,5	57
	Батон	35	2,3	5,0	15,4	64,5	1
	Чай с молоком	180	3,3	2,8	15,1	76,0	413
Общий выход всех блюд на Завтрак		405	13,7	26,6	38,6	375,7	
Завтрак2	Кисломолочный напиток(кефир)	180	5,4	4,5	7,2	91,8	420
Общий выход всех блюд на Завтрак2		180	5,4	4,5	7,2	91,8	
Обед	Винегрет	60	0,8	3,7	5,2	59,8	46
	Суп с макаронными изделиями	180	1,9	2,0	14,7	81,4	88
	Голубцы ленивые	160	11,7	9,1	20,3	231,2	315
	Соус сметанный с томатом и луком	30	0,6	1,8	2,4	30,1	375
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,4	70,5	509
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87,0	508
	Напиток витаминизированный	180	0,0	0,0	18,1	52,4	514
Общий выход всех блюд на Обед		690	20,7	17,5	91,8	612,4	
Уплотненный полдник	Огурец свежий(порциями)	60	0,5	0,1	1,7	9,0	13
	Рыба отварная	80	14,1	0,6	2,0	68,0	256
	Пюре картофельное	150	3,1	5,2	23,4	127,3	339
	Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	21,5	87,8	390
	Пирожок с яблоком	70	3,4	1,8	33,5	179,2	437/503
	Фрукты сезонные	70	0,6	0,1	8,4	32,9	389
Общий выход всех блюд на Уплотненный полдник		610	21,8	7,8	90,5	504,2	
Итого за 5 день:		1885	61,6	56,4	228,1	1584,1	