

Меню Среда 07.05.2025г.

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: 3							
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
	Какао с молоком	180	3,8	3,1	15,1	100,1	416
Общий выход всех блюд на Завтрак		405	14,2	26,9	38,6	399,9	
Завтрак2	Кисломолочный напиток(йогурт)	180	6,1	4,5	12,5	104,4	420
Общий выход всех блюд на Завтрак2		180	6,1	4,5	12,5	104,4	
Обед	Салат из картофеля с солеными огурцами	60	0,8	3,1	5,2	54,9	23
	Борщ с капустой и картофелем	180	1,5	4,6	10,4	86,4	63
	Макаронные изделия отварные с маслом	140	5,1	3,9	24,6	143,1	219
	Пудинг из говядины	80	15,3	7,6	4,9	162,7	307
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87,0	508
	Компот из сухофруктов	180	0,6	0,1	21,3	71,2	394
Общий выход всех блюд на Обед		690	26,6	19,9	83,1	605,3	
Уплотненный полдник	Салат из моркови	60	0,6	0,1	9,7	39,2	42
	Котлеты рыбные запеченные	80	8,0	4,1	12,0	125,0	271
	Пюре картофельное	150	3,1	5,2	23,4	127,3	339
	Хлеб пшеничный	40	3,2	1,3	19,6	92,0	509
	Сок фруктовый 3-7л	200	0,0	0,0	22,4	90,0	418
	Фрукты сезонные(груши)	70	0,6	0,1	8,4	32,9	389
Общий выход всех блюд на Уплотненный полдник		600	15,5	10,8	95,5	506,3	
Итого за 3 день:		1875	62,4	62,2	229,6	1615,9	

