

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 7

Савченко И.А.

Меню

5 Марта 2026

Наименование блюда		Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецепт
		Выход	Белки	Жиры	Углеводы		
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	
	Чай с сахаром и лимоном	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	*
	Котлеты мясные из говядины	70	6,45	9,52	6,65	179,38	
	Каша ячневая	130/150	6,57	6,42	39,1	241,2	
	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	28,41	36,33	155,9	1034,56	
Полдник	Печенье	40	2,6	22,84	30,24	138,4	*
	Кисель фруктовый	180/200	0,3	0	90,5	350	*
Итого за полдник		210/230	2,9	22,84	120,7	488,4	
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	