

**Утверждаю
Заведующий МБ ДОУ № 7**

Зав.Савченко И.А.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
СЕРТИФИКАТ: 2A 57 46 30 98 A1 A7 4A 33 64
Владелец : Савченко Ирина Анатольевна
Действителен: с 12.04.2021 по 21.04.2026

**Меню
13 Января 2026**

Наименование блюда		Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецепта
		Выход	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша манная молочная	180/200	6,4	8,10	34,23	236	
	Масло сливочное(порциями)	6,00	0,03	3,63	0,04	37,4	
	Батон	30,00	2,4	0,46	14,62	73,4	
	Чай с сахаром	180/200	0,12	0,03	8,02	28,03	*
	Свежие фрукты(яблоки)	100	0,26	0,17	11,47	52	
Итого за завтрак		481/551	33,21	27,39	192,4	515,8	
Обед	Суп картофельный с макаронами	180/200	2,26	2,29*	17,41	92,75	*
	Тефтели рыбные	70	5,05	3,8	6,56	85,4	
	Каша гречневая	130/150	0,04	0,05	1,2	6,5	
	Хлеб пшеничный	50	4,05	0,5	24,4	121	
	Хлеб ржаной	40	3,87	0,7	18,85	100,5	
	Компот из сухофруктов	180/200	0,56	0	27,89	113,8	
Итого за обед		610/720	18,97	12,09	123,5	702,4	
Полдник	Вареники праздничные с творогом	180	27,9	8,41	70,5	450	*
	Йогурт фруктовый	180/200	3	1,5	15	85	*
Итого за полдник		210/230	30,9	9,91	85,5	535	
Ужин	Печенье	40	27,9	7	35	200	
	Какао с молоком	180/200	3,77	3,93	25,95	153,9	
Итого за ужин		330/400	31,67	10,93	60,95	353,9	