

Заведующий МБ ДОУ № 7

Зав.Савченко И.А.

Меню

14 Января 2026

Наименование блюда		Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецепта
		Выход	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Омлет натуральный	70	5,82	9,02	1,52	110,54	
	Масло сливочное(порциями)	6	0,08	4,35	0,05	39,66	
	Батон	30,00	2,4	0,46	14,62	73,4	
	Икра кабачковая	50,00	1,8	0	4,2	44,5	
	Чай с сахаром	180/200	0,12	0	12,4	48,64	*
	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	
	Итого за завтрак	496/546	10,62	14,23	42,59	363,74	
Обед	Борщ из свежей капусты	180/200	1,54	5,42	10,87	102,08	*
	Гуляш из говядины	70	9,82	11,21	24,16	225,15	
	Макароны отварные	130/150	5,52	5,25	36	210	
	Хлеб пшеничный	50	4,25	1,65	21,25	121	
	Хлеб ржаной	50/40	4,05	0,5	24,4	121	
	Компот из смеси сухофруктов	180/200	0,26	0,01	14,07	57,81	
	Итого за обед	640/720	25,44	24,04	130,75	837,04	
Полдник	Пряник	60	8,81	4,45	35	215,2	*
	Сок фруктовый	180/200	0	0	11,2	45	*
	Итого за полдник	200/220	8,81	4,45	46,2	260,2	
Ужин	Каша молочная Геркулес	180/200	4,6	8,6	24,8	202,2	
	Кофейный напиток	180/200	3,77	3,93	25,95	153,92	
	Хлеб йодированный	40	2,4	0,4	17	56	
	Итого за ужин	360/430	10,77	12,93	67,75	412,12	

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

