

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 7

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

Зав.Савченко И.А.

Меню

18 сентября 2026

Наименование блюда			Пищевые вещества				Энергетическая ценность
			Выход	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Капуста тушеная		130/150	26,5	32,3	29,2	533
	отварное	отварное	30/60	5	4	1,52	100
	Батон		30,00	2,4	0,46	14,62	73,4
	Масло сливочное(порциями)		6,00	0,03	3,63	0,04	37,4
	Чай с сахаром		180/200	0,12	0,03	8,02	28,03
	Свежие фрукты		100	1,5	0,5	21	95
	Итого за завтрак		516/566	44,44	48,53	84,92	1019,58
Обед	Суп Крестьянский		180/200	1,87	2,8	9,72	79,03
	Каша пшеничная		130/150	9,15	5,25	37,5	231
	Рыба тушеная в томатном соусе		70	5,05	3,8	6,56	85,4
	Хлеб ржаной		40	3,6	0,83	19,57	99,18
	Хлеб пшеничный		50	4,56	0,54	29,82	141
	Компот из сухофруктов		180/200	0,56	0	27,89	113,79
	Итого за обед		620/690	24,79	13,22	131,06	749,4
Полдник	Зефир		20	0,1	3	35	150
	Сок фруктовый		180/200	6	5	8	102
	Итого за полдник		210/240	6,1	8	43	252
Ужин	Каша Геркулес молочная		180/200	8,45	7,15	0,72	100,75
	Кофейный напиток		50	0,9	0,06	5,28	26,4
	Итого за ужин		360/440	9,35	7,21	6	127,15

№ рецепта
*
*
*
*