

Заведующий МБ ДОУ № 7

Зам.зав.Волклев А.Д.

Меню

23 Сентября 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	
	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	12,62	14,23	49,59	408,74	
Обед	Борщ из свежей капусты	180/200	1,54	5,42	10,87	102,08	*
	Гуляш из говядины	70	6,45	9,52	6,65	179,38	
	Каша Булгур	130/150	9,15	5,25	37,5	231	
	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	50,7	33,35	141,74	849,27	
Полдник	Булочка с изюмом	40	8,81	4,45	35	215,2	*
	Сок фруктовый	180/200	0	0	22,4	84	*
	Итого за полдник	200/220	8,81	4,45	57,4	299,2	
Ужин	Каша молочная овсянная	180	7,28	6,98	27,1	198	
	Какао с молоком	180/200	3,77	3,93	25,95	153,92	
	Итого за ужин	360/430	13,45	11,31	70,05	407,92	

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