

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МБДОУ  
 детский сад №1 села Неверкино  
 Н.В. Жукова

**Меню на 16 марта 2023г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Каша гречневая	200	8,02	7,61	25,44	260,4
	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,35	59,7
	Батон с маслом	60/7	4,05	4,84	30,2	189,0
<b>Итого за завтрак</b>			<b>12,27</b>	<b>12,5</b>	<b>70,99</b>	<b>509,1</b>
Обед	Салат капустный	60	0,81	2,8	4,87	49,6
	Суп гороховый с мясом	250	12,31	8,95	38,34	298,9
	Рожки с гуляшом	120/60	12,2	16,98	38,6	254,91
	Компот из сухофруктов	200	1,2	0,65	26,0	89,0
	Хлеб пшеничный	60	4,02	6,0	30,09	122,4
<b>Итого за обед</b>			<b>30,54</b>	<b>35,38</b>	<b>137,90</b>	<b>814,81</b>
Полдник	Булочка	80	8,67	12,55	60,79	398,29
	Кисель	200	0,15	0,12	9,55	39,0
<b>Итого за полдник</b>	Используется йодированная соль		<b>8,82</b>	<b>12,67</b>	<b>70,34</b>	<b>437,29</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>51,63</b>	<b>60,55</b>	<b>279,23</b>	<b>1761,2</b>