

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ  
детский сад №1 села Неверкино

  
Н.В. Жукова



**Меню на 21 мая 2024г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Макароны отварные с сыром	200	11,1	7,8	18,7	333,5
	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>15,35</b>	<b>12,69</b>	<b>64,25</b>	<b>582,2</b>
Обед	Салат из свеклы	60	0,48	2,8	4,98	48,66
	Рассольник с мясом	250	7,87	6,88	29,2	219,2
	Плов с мясом	180	12,2	15,06	31,85	331,3
	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>25,77</b>	<b>31,39</b>	<b>122,12</b>	<b>810,56</b>
Полдник	Булочка сладкая	80	13,6	12,27	52,42	382,29
	Кисель	200	0,15	0,12	9,55	39,0
<b>Итого за полдник</b>			<b>13,75</b>	<b>12,39</b>	<b>61,97</b>	<b>421,29</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>54,87</b>	<b>56,47</b>	<b>248,34</b>	<b>1814,05</b>