

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



Меню на 7 июля 2023г.

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда (г) | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------------|--------------------------------|-----------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Завтрак | Каша рисовая | 200 | 8,9 | 8,3 | 38,4 | 250,7 |
| | 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 |
| Итого за завтрак | | | 13,15 | 13,19 | 83,95 | 499,4 |
| Обед | Салат морковный | 60 | 0,81 | 2,8 | 4,87 | 49,6 |
| | Суп гороховый с мясом | 250 | 12,31 | 8,95 | 38,34 | 298,9 |
| | Овощное рагу с мясом | 180 | 7,23 | 18,5 | 38,7 | 274,4 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,02 | 6,0 | 30,09 | 122,4 |
| | Компот из сухофруктов | 200 | 1,2 | 0,65 | 26,0 | 89,0 |
| Итого за обед | | | 25,57 | 36,9 | 138,0 | 834,3 |
| Полдник | Бутерброд с маслом и сыром | 60/5/25 | 13,6 | 12,27 | 52,42 | 382,29 |
| | Кисель | 200 | 0,15 | 0,12 | 9,55 | 39,0 |
| Итого за полдник | Используется йодированная соль | | 13,75 | 12,39 | 61,97 | 421,29 |
| | Итого за день | | 52,47 | 62,48 | 283,92 | 1754,99 |