

МБДОУ Детский сад "Ленок"

Категория:

3-7 лет

Дата:

15.07.2025

Утверждаю

Руководитель учреждения:

Касимова Н.Л.

МЕНЮ	Номер карточки	Выход	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Ккал	Витамин (мг)	Стоимость (руб.)
Завтрак		430	10,34	12,77	52,61	364,18	0,57	31,44
Каша молочная пшеничная жидкая	91	200	1,44	8,07	35,28	243,92		11,91
Кофейный напиток с молоком	253	180	1,26	1,44	15,61	80,4	0,5	1,28
Бутерброд с сыром	б/н	46,8\12,5	3,75	1,43	14,85	76,4	0,07	12,25
Второй завтрак		150	1,60	1,60	12,70	70,50	4,60	22,50
Фрукт (яблоко)	б/н	150	1,6	1,6	12,7	70,5	4,6	22,50
Обед		644	19,01	21,67	91,78	633,49	28,04	84,89
Суп картофельный с рыбой	41	200	6,87	7,16	11,15	92,99	9,82	18,99
Мясо тушеное с овощами	137	200	24,76	39,98	28,29	491,49	10,4	55,83
Компот из свежих плодов(яблоко)	251	200	0,14	0,14	21,5	86,4	1,82	7,39
Хлеб ржаной	б/н	43,9	4,25	0,45	27,25	124,3		2,58
Полдник		280	8,74	9,76	39,20	274,29	130,00	46,03
Напиток из шиповника	256	180	0,61	0,00	18,9	78,29	130,00	5,48
Пудинг из творога (запеченный)	146	100	8,13	9,76	20,3	196,00		40,55
Итого			42,00	45,00	197,00	1350,00	163,21	184,91