

Утверждаю
Заведующий МБ ДОУ № 7

Зам.зав.Волкова А.Д.

Меню

30 июня 2026

Наименование блюда		Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецепта
		Выход	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша манная молочная	180/200	5	6,80	37,8	244	
	Масло сливочное(порциями)	6,00	0,03	3,63	0,04	37,4	
	Батон	30,00	2,4	0,46	14,62	73,4	
	Чай с сахаром	180/200	0,12	0,03	8,02	28,03	*
	Свежие фрукты(яблоки)	100	0,26	0,17	11,47	52	
Итого за завтрак		481/551	47,81	39,79	206	585,8	
Обед	Суп картофельный с макаронами	180/200	2,26	2,29	17,41	92,75	*
	Птица тушенная кусочками	70	4,63	7,33	7,43	116	
	Каша ячневая	130/150	9,15	5,25	37,5	231	
	Хлеб пшеничный	50	4,05	0,5	24,4	121	

	Хлеб ржаной	40	3,87	0,7	18,85	100,5	
	Компот из сухофруктов	180/200	0,56	0	27,89	113,8	
Итого за обед		610/720	25,52	16,12	135,5	784	
Полдник	Печенье	40	2,6	22,8	30,24	138,4	*
	Сок фруктовый	180/200	0	0	11,2	45	*
Итого за полдник		210/230	2,6	22,8	41,44	183,4	
Ужин	Вареники ленивые в сладком соусе	180	7,28	6,98	27,1	197,7	
	Какао с молоком	180/200	3,77	3,93	25,95	153,9	
Итого за ужин		330/400	11,05	10,91	53,05	351,7	