

Меню для МБДОУ "Переясловский детский сад" "Шалуныя"

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			белки	жиры	углеводы	
6-ой день 06.03.2023г.(понедельник) дети от 3-до7 лет						
Завтрак						
88	<i>Каша манная</i>	200	6,21	7,47	25,09	192,0
1	<i>Бутерброд с маслом</i>	30/5	2,30	4,36	14,62	108,0
248	<i>Какао с молоком</i>	180	0,0	0,0	11,98	43,0
Второй завтрак						
10.00	<i>яблоко</i>	100	0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
27	<i>Борщ со сметаной</i>	200	2,65	4,96	12,83	106,23
	<i>Салат из моркови и яблок</i>	60	0,6	6,1	4,3	74,2
1	<i>Хлеб пшеничный</i>	40	2,45	7,55	14,62	136,00
ст.133	<i>Плов с мясом</i>	170	17,51	13,30	29,46	342,00
376	<i>Кисель</i>	180	0,40	0,018	25,24	102,72
Полдник						
204	<i>Макаронные изделия с маслом</i>	150	7,88	8,83	35,88	259,0
263	<i>Чай с сахаром</i>	180	0,0	0,0	11,98	43,0

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			белки	жиры	углеводы	
6-й день - 06.03.23 (от 1,5-3 лет)						
Завтрак						
88	<i>Каша манная</i>	150	4,66	5,60	18,82	144,0
1	<i>Бутерброд с маслом</i>	20/4	1,54	3,46	9,75	78,0
263	<i>Чай с сахаром</i>	150	0,0	0,0	8,98	30,0
Второй завтрак						
10.00	<i>яблоко</i>	75	0,3	0,3	7,35	35,3
Обед						
27	<i>Борщ со сметаной</i>	150	1,64	3,28	7,77	66,94
	<i>Салат из моркови и яблок</i>	60	0,6	6,1	4,3	74,2
1	<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,45	7,55	14,62	136,00
ст.133	<i>Плов с мясом</i>	145	7,74	10,38	19,66	239,20
376	<i>Кисель</i>	180	0,40	0,018	25,24	102,72
Полдник						
204	<i>Макаронные изделия с маслом</i>	100	5,25	5,89	23,92	172,7
263	<i>Чай с сахаром</i>	150	0,0	0,0	8,98	30,0