

Меню для МБДОУ " Переясловский детский сад" Шалуныя"

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			белки	жиры	углеводы	
10-й день 10.03.2023г 3-7 лет						
Завтрак						
43	<i>Суп молочный рисовый</i>	200	3,78	7,4	22,84	178,13
1	<i>Бутерброд с маслом</i>	30/5	2,3	4,36	14,62	108,0
248	<i>Какао с молоком</i>	180	1,2	1,3	13,0	90,0
Второй завтрак						
10.00	<i>Банан</i>	120	0,30	0,3	7,35	35,3
Обед						
38	<i>Суп гороховый</i>	250	6,45	5,16	21,92	148,87
1	<i>Хлеб пшеничный</i>	40	2,45	7,55	14,62	136,0
ст.136	<i>Плов с мясом</i>	170	25,25	23,68	49,12	581,2
263	<i>Чай с сахаром</i>	180	0,0	0,0	11,98	43,0
Полдник						
с.146	<i>Пирожок с повидлом</i>	160	24,30	21,29	19,15	393,12
255	<i>Молоко кипяченое</i>	200	5,8	5	9,6	108

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			белки	жиры	углеводы	
10-й день - 10.03.2023г (от 1,5-3 лет)						
Завтрак						
43	<i>Суп молочный рисовый</i>	150	2,94	6,45	17,18	138,78
1	<i>Бутерброд с маслом</i>	30/4	1,54	3,46	9,75	78,0
248	<i>Какао с молоком</i>	150	1,0	1,08	10,83	75,0
Второй завтрак						
10.00	<i>Банан</i>	90	0,30	0,3	7,35	35,3
Обед						
38	<i>Суп гороховый</i>	200	4,3	3,9	17,51	105,60
1	<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,45	7,55	14,62	136,00
ст.136	<i>Плов с мясом</i>	145	25,25	23,68	49,12	581,2
263	<i>Чай с сахаром</i>	150	0,0	0,0	8,98	30,0
Полдник						
с.146	<i>Пирожок с повидлом</i>	100/20	22,52	19,45	17,68	268,00
255	<i>Молоко кипяченое</i>	150	4,35	3,75	7,2	81,0