

Меню для МБДОУ "Переясловский детский сад" "Шалунья"

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			белки	жиры	углеводы	
<i>6-ой день 16.10.2023г.(понедельник) дети от 3-до7 лет</i>						
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>Сок</i>	180	3,11	1,05	44,1	189,0
Обед						
27	<i>Борщ со сметаной</i>	200	2,65	4,96	12,83	106,23
28	<i>Макаронные изделия с овощами</i>	150	8,90	11,60	52,42	338,33
1	<i>Хлеб пшеничный</i>	40	2,45	7,55	14,62	136,00
ст.133	<i>Тефтели из говядины</i>	70	15,39	16,27	12,53	258,00
376	<i>Компот из с/ф</i>	180	0,40	0,018	25,24	102,72
Полдник						
204	<i>Булочка домашняя</i>	70	8,66	16,51	57,46	307,3
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
			белки	жиры	углевод	
<i>6-й день - 16.10.2023г (от 1,5-3 лет)</i>						
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>Какао с молоком</i>	150	0,0	0,0	8,98	30,0
Второй завтрак						
10.00	<i>Сок</i>	150	3,11	1,05	44,1	189,0
Обед						
27	<i>Борщ со сметаной</i>	150	1,64	3,28	7,77	66,94
1	<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,45	7,55	14,62	136,00
28	<i>Макаронные изделия с овощами</i>	100	8,90	11,60	52,42	338,33
ст.133	<i>Тефтели из говядины</i>	50	15,39	16,27	12,53	258,00
376	<i>Компот из с/ф</i>	180	0,40	0,018	25,24	102,72
Полдник						
204	<i>Булочка домашняя</i>	50	8,66	16,51	57,46	307,3
263	<i>Чай с сахаром</i>	150	0,0	0,0	8,98	30,0