

Меню На 18 сентября 2024 года.

Заведующим МДОУ №13 «Арбузенок»

Е. В. Панкеева



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ Рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Каша молочная дружба	150/200	5,69/7,3	7,36/8,48	24,57/30,87	186,55/228,00	168/168
	Бутерброд с маслом	25/7;20/5	2,34/1,58	7,76/5,24	14,53/9,81	139,1/93,87	3/3
	Чай с сахаром	200/150	12/9	3,1/2,3	14/10,5	53,06/39,8	113/113
Завтрак 2	Фрукты	110/100	0,44/0,40	0,44/0,40	10,78/9,8	41,8/38,00	368/368
Обед	Лапша домашняя	200/250	1,77/2,21	4,05/5,07	9,74/11,92	81,8/102,25	86/86
	Жаркое по домашнему	150/220	6,53/9,0	10,8/14,4	15,86/23,6	230/250	45/45
	Хлеб пшеничный	60/45	4,6/3,4	0,5/0,4	29,5/22,1	141/105,7	7/7
	Хлеб ржано-пшеничный	50/40	6/5	1/0,5	44,3/38,5	189/168	148/148
	Компот из сухофруктов	200/150	0,31/0,23	0,01/0,01	24,37/18,28	96,76/72,57	40/40
	Салат из моркови	40/60	0,49/0,74	2,04/3,05	4,69/7,04	38,1/57,15	41/41
Полдник	Сырники с (повидлом соусом)	70/15,120/15	4,2/7,5	30/12,6	23/39,7	175,5/370	9/9
	Чай	200/150	12/9	3,1/2,3	14/10,5	53,06/39,8	113/113
Уплотненный полдник	печенье	12/20	0,7/1,17	1,99/3,32	8,17/13,62	56,04/93,4	7/7