

Утверждаю
Копырина Н.А.

26.03.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 26.03.2025, 6.ДОУ 450, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	231	6	8	27	200
Батон с маслом с сыром 40/5/9	166	5	8	21	51
Какао с молоком	114	3	3	16	200
Итого:	510	15	19	64	451
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	47	1	0	10	100
Итого:	47	1	0	10	100
Обед					
Огурец свежий порционный 30 гр	4	0	0	1	30
Борщ с фасолью и сметаной 200гр	86	1	4	9	200
Рыба(филе). припущенная с молоком и овощами 50/30 гр	74	7	3	2	50
Картофель отварной .	159	3	5	23	150
Компот из кураги и изюма 200 гр	80	0	0	19	200
Хлеб ржаной 30 гр.	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный 25 гр	59	2	0	13	25
Соль 3 гр	0	0	0	0	3
Итого:	518	15	13	80	688
Полдник					
Чай с лимоном 200 гр	40	0	0	9	200
Ватрушка с повидлом	293	5	7	46	90
Итого:	333	5	7	55	290
Всего:	1408	36	39	210	1529

Стоимость дня: 154р

Рекомендовано на ужин: изделия из творога.

Заведующий
(должность)

(подпись)

Копырина Н.А.
(расшифровка подписи)