

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с № 40

Е.Ю. Худякова

Меню на 30.05.2025

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

День: 10	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	С	№ рецептур
			всего	всего				
Завтрак	Каша молочная пшенная	200	5.59	6.96	24.94	180.90	1.755	107
	Кофе с молоком	180	3.67	3.19	15.82	107.00	1.43	266
	Батон со сливочным маслом	25/12	1.54	0.56	11.10	45.40	0	
	Итого за прием		13.58	14.25	51.86	376.50	3.27	
10:00	Снежок	100	2.86	3.52	12.10	91.30	0.00	270
	Итого за прием		2.86	3.52	12.10	91.30	0.00	
Обед	Суп гороховый	200	5.28	4.88	13.28	120.00	8.96	83;121
	Суфле мясное	80	11.80	10.60	7.70	173.00	0.39	204
	Пюре картофельное	130	3.32	5.20	22.10	149.50	19.5	216
	Салат из свежей капусты	60	0.53	2.67	4.67	44.00	4.0667	
	Компот из изюма	180	0.10	0.10	21.50	86.00	1.54	251
	Хлеб пшеничный	20	0.66	0.07	4.67	22.35	0	
	Хлеб ржаной	20	1.40	0.22	8.82	37.40	0	
	Итого за прием		23.96	24.07	82.07	636.25	34.39	
	Икра овощная	60	19.85	13.53	20.52	282.56	0.2603	149
Полдник	Вареники ленивые	120	0.07	0.02	11.10	44.44	0.2222	260.261
	Чай с молоком	180	0.20	0.00	5.25	22.00	4.5	
	Яблоки	100	0.66	0.07	4.67	22.35	0	
	Шоколад		1.40	0.22	8.82	37.40	0	
	Итого за прием		22.38	14.13	82.75	545.06	15.98	
Итого за день			62.78	55.97	228.78	1649.11	53.65	

Стоимость питания на день: 194,02 руб.