

# ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Утверждено Заведующий МДОУ Е.В. Шевцова

Неделя: Первая День среда

Дата 10.01.2024

Сезон зимне - весенний возрастная категория 1.5 - 3 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<b>Завтрак</b>					
185	Каша жидкая манная	160	2.40	2.96	21.04	128.00
392	Чай с сахаром	160	0.04	0.01	6.99	28
1	Бутерброд:Хлеб пшеничный, масло сливочное	30\5	1.60	5.10	9.80	91.12
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>355</b>	<b>4.04</b>	<b>8.07</b>	<b>37.83</b>	<b>247.12</b>
	<b>Обед</b>					
86	Суп лапша домашняя	150	1.40	2.06	8.35	58.50
300	Птица отварная	70	8.51	9.19	1.45	122.5
137	Рагу овощное	130	1.43	7.39	8.93	108.00
372	Компот из свежих яблок	160	0.23	0.03	13.57	52.50
-	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.18	9.38	46.00
-	Хлеб ржаной	20	1.33	0.24	7.10	36.18
	<b>Итого за обед:</b>	<b>550</b>	<b>14.42</b>	<b>19.09</b>	<b>48.78</b>	<b>423.68</b>
1	Бутерброд:Хлеб пшеничный, масло сливочное крестьянское 72,5%	30\5	1.6	5.10	9.80	91.12
395	Кофейный напиток с молоком	160	2.34	2.00	10.63	70.00
	<b>Итого за полдник:</b>	<b>195</b>	<b>3.94</b>	<b>7.10</b>	<b>20.43</b>	<b>161,12</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>1100</b>	<b>22.40</b>	<b>34.26</b>	<b>107.04</b>	<b>831,92</b>