

Утверждаю: Заведующий МБДОУ д/с № 13 д. Камки Леонтьева Е.Е.

Прием пищи,	Наименование блюда	Выход блюда, г	Питательные вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
Меню на 04.04.2025						
Завтрак	Каша рисовая молочная с сахаром и маслом	200	4,5	6,4	21,9	263
	Чай с сахаром	200	0,068	0,028	9,99	40
	Хлеб пшеничный	30/10	2,45	7,55	14,62	136
	Итого завтрак		7,018	13,978	46,51	439
2-ой завтрак	Груша	70	0,39	0,29	10,09	46,06
	Итого 2-ой завтрак		0,39	0,29	10,09	46,06
Обед	Салат из моркови с курагой	60	2,88	1,6	32,6	135,52
	Щи с капустой со сметаной	200	1,02	3,86	5,34	61,6
	Гуляш из говядины	80	10,3	8,14	2,61	125
	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,5	6,4	21,9	263
	Компот из яблок	200	0,16	0,16	23,88	97,33
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69
	Итого обед		21,23	20,46	100,82	753,45
Полдник	Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	62,8
	Чай с сахаром	200	0,068	0,028	9,99	40
	Хлеб пшеничный	10	0,79	0,1	4,83	25