«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 49

_____ Н.В. Будакова

23.06.22

МЕНЮ

на четверг (1 неделя)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша молочная манная жидкая	180	44,9	10,6	32,8	256,0	2,1	189
	Кофейный напиток на молоке	180	4,2	3,4	18,8	123,3	0,7	116
	Бутерброд с маслом	40/5	3,02	9,41	20,59	174,8	0	-
	ситого за завтрак	405						
2 завтрак	Сок/ фрукт	100	0.41	-	9,0	44,0		
Обед	Салат из моркови	50	0,4	1,86	2,34	28	2,85	-
	Суп с макаронными изделиями на курином бульоне	180	7,2	6,9	21,4	177,7	9,6	92
	Голубцы ленивые	160	4,9	8,1	4,2	149,0	18,7	298
	Компот из свежемороженых ягод (черная смородина)	180	0,4	-	10,8	46,0	3,0	375
	Хлеб ржаной и пшеничный	45	2/3	0,33	13,92	68,7	-	1
	Итого за обед	615						
Полдник	Кисломолочный продукт	180	0,1	-	23,1	103	3,3	372
	Булочка с джемом	40/5	5,36	12,41	20,59	211,9	-	2
	Итого за полдник	245						
Ужин	Картофельное пюре	150	5,8	8,1	32,9	229,0	37,0	124
	Огурец соленый	50	3,2	-	8,9			
	Компот из сухофруктов	200	0,15	-	15,66	59,1	3	44
	Хлеб	45	2,13	0,33	13,92	68,7	-	1
	итого за ужин	445						
Итого за четвертый день:		1800	269,81	50,59	356,86	1721,2		

Ответственный _____

151-49