

30 июля 2026, четверг
 Меню 3-8 лет

«Утверждаю»
 Заведующий МБДОУ Дс № 1 Э.А. Садыхова



4-ый день

№ реп.	Наименование блюд и продукты	Выход/ блюда	Б/гр/	Ж/гр/	У/гр/	ККАЛ	Витамины/ С
	1	2	3	4	5	6	7
	1-ый завтрак						
311	Каша ячневая молочная жидкая	1/200	5,03	3,45	13,2	261,5	
684	Чай с сахаром	1/195/5	0,2	0	9,4	58,0	
1	Батон нарезной	22	1,33	0,13	9,47	38,0	
	2 – ой завтрак						
707	Сок	1/100	0,5	0	12,36	38,0	
	ОБЕД						
152	Суп лапша на курином бульоне	1/243/7	7,86	8,4	13,9	182,17	
492	Плов из мяса курицы	114/46	9,57	17,21	11,54	248,26	
639	Компот из сухофруктов витаминизированный	1/200	0,54	0	20,86	121,5	0,50
	Хлеб белый	38	1,32	0,46	2,1	45,4	
	Хлеб пеклеваемый	50	3,32	0,52	27,36	72,4	
	Полдник						
388	Рыба тушеная с овощами	80/70	14,0	8,67	9,52	214,76	
648	Кисель концентр	1/200	0	0	38,16	145,8	
	Хлеб пшени						
368	Фрукты свежие	1/100	0,38	0	9,34	42,75	
	Ужин						
697	Молоко	1/100	2,8	3,2	4,7	58,0	
792	Кондитерские изделия	30	1,04	0,91	8,53	13,5	
	Итого						
			49,97	43,2	185,70	1 659,94	0,50
	Норма						
			60	60	261	1 800	0,50