

Меню 08.04.2025г.

Утверждаю:
Заведующий МДОБУ №9 «Огонёк»
Л.В.Четвергова

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша геркулесовая	1	12,7	11,5	0,7	157,0	9
	Хлеб пшеничный	30	2,76	0,35	16,9	82,6	10
	Масло сливочное	6	0,04	3,6	0,06	33,0	3
	Чай	150	0,2	0	10,5	42,0	16
Итого за 1 завтрак			15,7	15,45	28,16	232,82	
2-ой Завтрак	Сок	100	0,67	0,05	3,55	32,9	
Итого за 2 завтрак	Салат из капусты и моркови		0,67	0,05	3,55	32,9	
	Суп домашняя лапша	180	5,13	0,43	5,114,49	101,9	67
	Каша гречневая	200	16,59	5,81	26,76	226	82
	Фрикадельки мясные в соусе.						
	Хлеб пшеничный	30	2,65	0,33	16,2	82,6	10
	Хлеб ржаной	30	2,8	0,6	14	67,6	10а
	Компот из сухофруктов	150	0,78	0	20,22	80,6	26
Итого за обед			28,4	10,24	92,0	599,6	
Полдник	Твороженная запеканка	60	7,3	7,6	23,2	201,1	28
	Чай	150	3,15	2,72	13,0	890	2
Итого за полдник			10,45	10,32	36,2	290,1	
Ужин	Каша манная	150	4,9	8,25	16,9	129,8	30
	Чай	150	2,52	02,25	11,22	73,33	16
Итого за ужин			8,99	10,7	37,72	250,33	
Итого за день			64,21	46,76	197,63	1405,75	