

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ДОУ
Ж.Н.Козакова



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ НА 23.03.2026

Блюда	вес блюда	Пищевые вещества				№ рецептуры
		эн.ценн.	белки	жиры	углеводы	
Завтрак						
Суп молочный с мак.изд.	150/200	109/145	4,31/5,75	3,91/5,21	14,14/18,84	№100
Бутерброд с сыром	40/50	98,1/116,4	2,3/2,9	5,4/6,1	9,9/12,4	№104
Чай с сахаром	150/180	16/23,9	0	0	4,0/6,0	№ 411
Итого завтрак:	340/430	223,1/285,3	6,61/8,65	9,31/11,31	28,04/37,24	
Второй завтрак фрукты						
Второй завтрак фрукты	100/120	44/52,8	0,4/0,48	0,4/0,48	9,8/11,76	№ 386
Обед						
Свекла отварная с раст.масл	40/60	37,56/56,56	0,57/0,85	2,43/3,66	3,34/5,03	№34
Щи из свежей капусты с к	150/200	59/79,8	1,17/1,59	3,68/5,1	5,27/7,04	№73
Плов из птицы	140/160	197,75/226	14,51/16,59	5,08/5,81	23,41/26,76	№321
Компот из сухофруктов	150/180	44,5/48,4	0,2/0,2	0	10,9/11,9	№394
Хлеб	45/60	117/156	3,4/4,5	1,12/1,5	22,5/30	№6
Итого обед:	525/660	455,81/566,76	19,85/23,73	12,31/16,07	65,42/80,73	
Полдник						
Булочка к чаю	40/50	132/165	6,3/7,87	1,26/1,57	23,63/29,54	№472
Молоко кипяченое	150/180	85/102	4,58/5,48	4,08/4,88	7,58/9,07	№419
Итого полдник:	190/230	217/267	10,88/13,35	5,34/6,45	31,21/38,61	
Всего:	1155/1440	939,91/1171,83	37,74/46,21	27,36/34,31	134,47/168,32	