

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ «Лесский сад» № 4
Старостенко Т.И.

Меню приготавливаемых блюд на 24.03.25

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углебо	Энергетиче	ценность	№ псн-ры
ЗАВТРАК	каша "гryнa" 150г	4,34	4,63	19,75	167,37			
	на сыт. масле 100г	6,32	10,18	26,34	223,16			175
	сыр 100г	4,5	4,7	9,1	85,0			1
ЗАВТРАК	овсян. каша 150г	9,04	9,01	45,75	31,57			392
	250г	30	-	-	-			5/4
	Пасека 180г	4,43	3,67	12,18	87,66			46
ОБЕД	на 1/2 соев. 100г	1,59	4,08	13,52	97,4			
	булгур 80г	8,94	9,42	6,06	147,72			294
	картофель 100г	3,07	0,43	12,12	82,68			204
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	мор. свекл. соев. 30г	0,52	1,5	2,1	24,03			331
	+ св. морковь 35г	-	-	-	-			5/4
	кормов. уг 150г	0,78	0,0	20,22	80,58			349
ПОЛДНИК	Хлеб белый, 100г	8,68	1,16	51,14	257,5			8/4
	сыр 150г	4,67	4,86	20,94	146			168
	картофель 50г	3,66	5,64	20,14	146			417
Итого за весь день	1350	40,87	41,59	223,52	1303,11			
	1500	44,87	46,38	246,28	1413,31			