

Заведующий МБ ДОУ №17

О.М.Трунова

МЕНЮ на 02.02.2023г



МЕНЮ	Наименование блюд	выход блюда	калорийность	Пищевые вещества		
				Белок	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК	<u>Каша молочная ячневая</u>	155/205	181,70/246,17	5,86/7,94	6,06/8,21	25,93/35,13
	<u>бутерброд с маслом</u>	30/45	96,25/165,0	3,38/5,8	2,92/5,0	8,75/15,0
	<u>чай с сахаром, лимоном</u>	150/200	46,22/61,62	0,05/0,07	0,01/0,01	11,48/15,31
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	<u>яблоко</u>	100/100	32,0/32,0	0,30/0,30	0,21/0,21	7,20/7,20
ОБЕД	<u>салат витаминный</u>	40/50	102,0/136,0	1,8/2,4		10,50/14,0
	<u>суп крестьянский с крупой</u>	150/200	66,67/88,89	1,14/1,52	4,0/5,33	6,49/8,65
	<u>тефтели рыбные с рисом</u>	60/100	96,98/161,64	6,62/11,04	6,43/10,72	3,16/5,27
	<u>каша пшенная</u>	100/100	143,37/143,37	2,48/2,48	3,63/3,63	25,18/25,18
	<u>хлеб ржаной</u>	30/40	102,0/136,0	1,5/2,4	5,25/7,0	10,5/14,0
	<u>хлеб пшеничный</u>	30/40	102,0/136,0	1,5/2,4	5,25/7,0	10,5/14,0
	<u>компот из свежих яблок</u>	150/200	85,50/114,0	0,45/0,6		20,25/27,0
ПОЛДНИК	<u>запеканка из творога</u>	150/200	440,63/440,63	9,35/9,35	8,63/8,63	81,39/81,39
	<u>снежок</u>	150/150	146,78/195,71	3,64/4,85	3,78/5,04	24,55/32,73
	<u>зразы картофельные с овощами</u>	150/200	331,58/331,58	9,08/9,08	13,94/13,94	41,73/41,73
	<u>хлеб ржаной</u>	30/40	102,0/102,0	1,5/2,4	5,25/7,0	10,5/14,0
	<u>кофейный напиток на молоке</u>	180/200	146,78/195,71	3,64/4,85	3,78/5,04	24,55/32,73