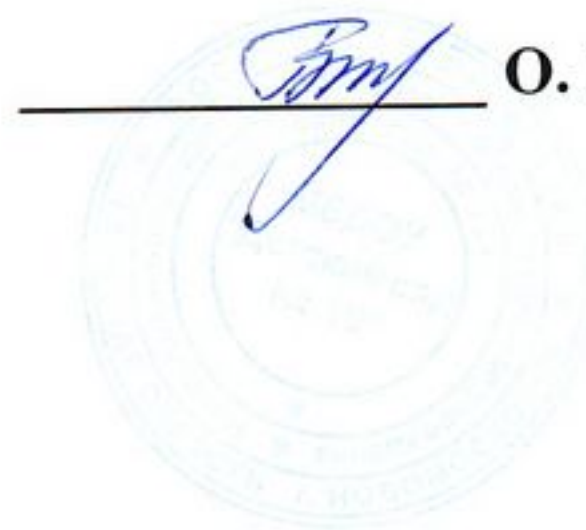


«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ

«Детский сад № 19 »

О. В. Бахтина



***МЕНЮ ОСНОВНОГО
(ОРГАНИЗАЦИОННОГО) ПИТАНИЯ
ДЛЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 3-7 ЛЕТ
(10-дневное сентябрь-ноябрь)***

г. Новомосковск Тульской области

2023год

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
День 6								
Завтрак	1. Макароны отварные с сыром	120	5,4	6,5	34,1	219,9	0,05	№ 8
	2. Чай сладкий с лимоном	180	0,09	0,01	14,3	55,66	4,0	№ 19
	3. Булка с маслом	25/7	2,34	7,76	14,53	139,1		№ 2
2 завтрак	Сок	100	0,5		9,1	38,00		№ 44
Обед	1. Икра кабачковая	60	1,14	5,34	4,62	71,4	4,02	№ 88
	2. Суп фасолевый с мясом говядины/Суп гороховый с мясом говядины	200/200	8,5/2,21	8,79/2,44	22,77/16,1	202,06/185,8	15,1/4,3	№ 18/№ 38
	3. Рыбное суфле	80	12,1	4,45	1,52	95,0	0,23	№ 11
	4. Компот из сухофруктов	180	0,31	0,01	24,37	96,76	0,28	№ 14
	5. Хлеб ржаной	50	3,0	0,5	22,17	94,5		№ 148
Уплотнённый полдник	1. Каша ячневая молочная	180	6,87	8,04	25,92	214,0		№ 106
	2. Какао на молоке	180	6,2	6,2	25,34	181,18	2,34	№ 6
	3. Булка	50	3,07	1,07	20,93	107,22		№ 147
Итого за день:								

