

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад общеразвивающего вида № 23**

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 23

Соболева О.А.



Меню на 29 февраля 2024

(для детей от 3 до 7 лет)

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК	Яйца вареные	49	6,22	5,64	0,34	76,93
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	2,72	2,13	34,88	199,32
	Икра кабачковая	60	0,97	3,23	5,87	57,28
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	42,72
	Масло (порциями)	5	0,06	3,08	0,09	28,3
	Кофейный напиток	200	0,42	0,44	6,44	30,18
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		464	11,97	14,72	57,28	434,73
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми, с гренками	200	7,04	5,84	29,68	195,66
	Тефтели из печени с рисом	80	5,96	10,62	12,55	165,4
	Картофель отварной	130	2,76	3,00	22,10	126,76
	Капуста тушеная	60	1,79	3,11	7,66	66,79
	Хлеб ржаной	50	1,30	0,30	18,70	87
	Компот из сухофруктов	180	0,05	0,00	10,44	39,74
ИТОГО ЗА ОБЕД		700	18,9	22,87	101,13	681,35
ПОЛДНИК	Бутерброды с повидлом	50	2,37	0,30	14,49	64,08
	Напиток кисломолочный	200	6,00	2,00	8,00	80
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	8,37	2,3	22,49	144,08
УЖИН	Суп молочный с крупой (пшеничной)	200	3,34	6,84	26,14	187,72
	Хлеб пшеничный	10	0,79	0,10	4,83	21,36
	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47
	Чай с лимоном	200	0,16	0,00	6,16	25,58
ИТОГО ЗА УЖИН		510	4,69	7,34	46,93	281,66
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1924	44,1	49,34	226,58	1555,94