

# МЕНЮ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД

ДЕНЬ № 4

На 11.07.2025 г.

ЗАВТРАК

| Наименование<br>блюда     | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |                 |                 | Энергетич<br>еская<br>ценность | №<br>рецепт |
|---------------------------|--------------|------------------|-----------------|-----------------|--------------------------------|-------------|
|                           |              | белки            | жиры            | углевод         |                                |             |
| Макароны отварные с сыром | 150/200      | 11.16/<br>11.16  | 10.28/10<br>.28 | 31.7/31.<br>77  | 264/<br>264                    | 22          |
| Чай с сахаром             | 150/180      | 0.05/<br>0.06    | 0017/0.0<br>2   | 7.88/<br>9.46   | 31.57<br>/37.89                | 41          |
| <b>ИТОГО</b>              |              | 11.74/<br>8.19   | 14.14/<br>8.26  | 54.38/<br>15.82 | 284/<br>391.87                 |             |

## ОБЕД

| Наименование<br>блюда            | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |                 |                 | Энергетич<br>еская<br>ценность | №<br>рецепт |
|----------------------------------|--------------|------------------|-----------------|-----------------|--------------------------------|-------------|
|                                  |              | белки            | жиры            | углевод         |                                |             |
| Рассольник ленинградский         | 150/200      | 1.19/<br>1.59    | 3.07/<br>4.08   | 10.15/<br>13.5  | 73.05/<br>97.4                 | 82          |
| Птица, тушеная в соусе с овощами | 150/220      | 8.89/<br>10.87   | 5.77/<br>7.04   | 16.34/<br>19.9  | 152.6/<br>186.5                | 319         |
| Компот из сухофруктов            | 150/180      | 0.4/<br>0.5      | 0/0             | 23.5/<br>28.2   | 93/<br>111.6                   | 392         |
| Хлеб пшеничный                   | 20/40        | 2.37/<br>3.95    | 0.3/<br>0.5     | 14.49/24<br>.15 | 71/<br>118                     |             |
| Хлеб ржаной                      | 20/40        | 1.98<br>/3.3     | 0.36/<br>0.6    | 10.02<br>/16.7  | 52/<br>87                      |             |
| <b>ИТОГО</b>                     |              | 16.07/<br>23.29  | 13.78/<br>17.44 | 55.18/<br>88.96 | 476.65/<br>692.72              |             |

## Полдник

| Наименование<br>блюда           | Вес<br>блюда | Пищевые вещества        |                         |                          | Энергетич<br>еская<br>ценность | №<br>рецепт |
|---------------------------------|--------------|-------------------------|-------------------------|--------------------------|--------------------------------|-------------|
|                                 |              | белки                   | жиры                    | углевод                  |                                |             |
| Каша вязкая молочная овсяная    | 100/150      | 3.52/<br>5.05           | 4.57/<br>5.56           | 17.2/<br>24.18           | 123/<br>166.6                  | 182         |
| Кофейный напиток с молоком      | 150/180      | 2.37/<br>2.85           | 2.01/<br>2.41           | 11.97/<br>14.36          | 75.83/<br>91                   | 414         |
| Хлеб пшеничный                  | 20/20        | 2.37/<br>3.95           | 0.3/<br>0.5             | 14.49/24<br>.15          | 71/<br>118                     |             |
| <b>ИТОГО</b>                    |              | 10.67/<br>14.08         | 14.66/<br>19.78         | 24.14/<br>32.54          | 269.30/<br>364.00              |             |
| <b>Итого за четвертый день</b>  |              | <b>38.88/<br/>45.96</b> | <b>42.98/<br/>45.88</b> | <b>143.5/<br/>177.69</b> | <b>1181.82/<br/>1384.72</b>    |             |
| <b>Стоимость четвертого дня</b> |              | <b>132.78 рублей</b>    |                         |                          |                                |             |

Заведующий МКДОУ №5  
Повар

Кладовщик

Морозова Г.М.  
Кретьова Н.И.

Дронова О.В.

