

Утверждаю
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 1 «Тополёк»
ст. Незлобная»
_____ Д.В.Уголькова

МЕНЮ
на 11 марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Завтрак	Сырники из творога м. ж.5%	С	120	21,21	16,93	21,08	324,70
		Я	100	16,88	13,48	16,92	258,82
	Соус молочный сладкий/сгущенное молоко	С	30/20	0,58	1,36	3,98	30,45
		Я	30/20	0,58	1,36	3,98	30,45
	Чай с лимоном	С	200/11/8	0,41	0,09	30,59	124,74
		Я	150/10/6	0,33	0,07	25,49	103,95
2-завтрак	Фрукты свежие(яблоки)	С	100/1	0,40	0,40	9,80	44,00
		Я	100/1	0,40	0,40	9,80	44,00
Обед	Овощи натуральные соленые (огурцы)	С	50	0,72	1,91	1,97	24,31
		Я	30	0,43	1,14	1,18	14,58
	Суп картофельный с макаронными изделиями	С	200	2,15	2,27	13,71	83,80
		Я	150	1,61	1,70	10,28	62,85
	Запеканка картофельная с мясом говядины	С	155	17,46	17,63	14,15	285,00
		Я	135	15,13	15,28	12,26	247,00
	Компот из смеси сухофруктов	С	180	0,50	0,00	24,66	100,66
		Я	150	0,42	0,00	20,50	83,88
	Хлеб пшеничный	С	40	3,04	0,32	19,68	94,00
		Я	30	2,28	0,24	14,76	70,50
	Хлеб ржаной	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Полдник	Рагу из овощей с зеленым горошком	С	130	1,97	9,19	12,08	139,20
		Я	110	1,67	7,78	10,22	117,80
	Хлеб пшеничный	с	20	3,68	5,35	11,33	108,11
		я	15,00	2,63	3,82	8,09	77,20
	Кофейный напиток с молоком (1вар.)	С	180	2,81	2,39	12,75	83,90
		Я	150	2,34	2,00	10,63	70,00
Всего за день: сад		С	992	36,19	41,36	167,22	1183,42
Всего за день: ясли		Я	800	29,80	34,15	137,21	974,41