

Утверждаю  
Заведующий МДОУ  
«Детский сад № 1 «Тополёк»  
ст. Незлобная»  
\_\_\_\_\_Д.В.Уголькова

**МЕНЮ**  
**на 14 апреля 2025 год**

| Прием<br>пищи        | Наименование блюд                                                          | Выход<br>Сад/ Ясли | Белки        | Жиры        | Углеводы      | Ккал           |
|----------------------|----------------------------------------------------------------------------|--------------------|--------------|-------------|---------------|----------------|
| <b>ЗАВТРАК</b>       | Яйцо отварное                                                              | 40                 | 5,1          | 4,6         | 0,3           | 63             |
|                      |                                                                            | 40                 | 5,1          | 4,6         | 0,3           | 63             |
|                      | Икра морковная                                                             | 50                 | 1,17         | 2,3         | 6,17          | 50,05          |
|                      |                                                                            | 30                 | 0,7          | 1,38        | 3,7           | 30,03          |
|                      | Изделие хлебобулочное<br>"Ладушка"<br>витаминизированное и<br>йодированное | 100                | 2,75         | 0,55        | 26,8          | 139            |
|                      |                                                                            | 100                | 2,75         | 0,55        | 26,8          | 139            |
|                      | Масло сливочное<br>«Крестьянское»<br>(порциями)                            | 7                  | 0,06         | 5,08        | 0,1           | 46,2           |
|                      |                                                                            | 5                  | 0,04         | 3,63        | 0,07          | 33             |
|                      | Чай с сахаром                                                              | 200                | 4,2          | 3,63        | 7,28          | 118,67         |
|                      |                                                                            | 180                | 3,67         | 3,19        | 15,82         | 107            |
| <b>II ЗАВТРАК</b>    | Плоды свежие (Яблоки)                                                      | 85                 | 0,4          | 0,4         | 9,8           | 44             |
|                      |                                                                            | 85                 | 0,4          | 0,4         | 9,8           | 44             |
| <b>ОБЕД</b>          | Овощи соленные(огурцы)                                                     | 50                 | 0,4          | 0,05        | 0,85          | 6,5            |
|                      |                                                                            | 30                 | 0,24         | 0,03        | 0,51          | 3,9            |
|                      | Суп картофельный с<br>клецками                                             | 200                | 1,67         | 2,69        | 9,71          | 69,8           |
|                      |                                                                            | 150                | 1,26         | 2,02        | 7,28          | 52,35          |
|                      | Жаркое из филе<br>цыпленка бройлера (2<br>вариант)                         | 150                | 7,13         | 4,62        | 13,74         | 125,8          |
|                      |                                                                            | 150                | 7,13         | 4,62        | 13,74         | 125,8          |
|                      | Компот из свежих<br>плодов яблоки                                          | 180                | 0,43         | 0,25        | 12,66         | 54,61          |
|                      |                                                                            | 150                | 0,36         | 0,21        | 10,55         | 45,51          |
|                      | Хлеб пшеничный                                                             | 35                 | 2,66         | 0,28        | 17,22         | 82,25          |
|                      |                                                                            | 20                 | 1,52         | 0,16        | 9,84          | 47             |
|                      | Хлеб ржаной                                                                | 37                 | 2,44         | 0,44        | 15,91         | 74,74          |
|                      |                                                                            | 30                 | 1,98         | 0,36        | 12,9          | 60,6           |
| <b>ПОЛДНИК</b>       | Каша жидкая молочная<br>из рисовой крупы                                   | 150/3,75           | 1,64         | 3,82        | 16,9          | 109            |
|                      |                                                                            | 130/3,25           | 1,42         | 3,31        | 14,65         | 94,47          |
|                      | Кофейный напиток с<br>молоком 1 вариант                                    | 180                | 2,81         | 2,39        | 12,75         | 83,9           |
|                      |                                                                            | 150                | 2,34         | 2           | 10,63         | 70             |
| <b>Итого за день</b> | <b>сад</b>                                                                 | <b>1179</b>        | <b>32,86</b> | <b>31,1</b> | <b>150,19</b> | <b>1067,52</b> |

|  |      |      |       |       |        |         |
|--|------|------|-------|-------|--------|---------|
|  | ясли | 1005 | 28,62 | 25,75 | 135,32 | 2097,77 |
|--|------|------|-------|-------|--------|---------|