

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

Меню
на 21.03.2025

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергет ическая
				Б	Ж	У	
10 день							
Завтрак	Каша жидкая молочная из манной крупы	С	180	2,88	4,58	19,32	129,60
		Я	150	2,40	3,82	16,10	108,00
	Бутерброд с повидлом	С	15/5/20	1,58	2,51	17,54	99,27
		Я	10/5/15	1,13	1,79	12,53	70,91
	Чай с молоком 2,5%	С	200	2,97	2,60	15,92	98,80
		Я	180	2,67	2,34	14,33	89,00
2-завтрак:	плоды свежие(яблоки)	С	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00
		Я	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00
Обед	Борщ с фасолью и картофелем	С	200	2,88	4,08	16,26	113,20
		Я	150	2,16	3,06	12,20	84,90
	Гампушки с чесноком	С	20	1,20	0,80	8,40	43,10
		Я	20	1,20	0,80	8,40	43,10
	Сельдь слабосоленная/ Картофельное	С	190	9,41	4,66	10,54	121,34
		Я	170	6,72	3,33	7,53	86,67
	Компот из свежих плодов(яблоки)	С	180	0,43	0,25	12,66	54,61
		Я	150	0,36	0,21	10,55	45,51
	Хлеб пшеничный	С	15	1,52	0,16	9,84	47,00
		Я	10	1,14	0,12	7,38	35,25
	Хлеб ржаной	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Полдник	Пирожок печеный с картофелем и луком	С	60	3,63	4,24	21,90	140,12
		Я	60	3,63	4,24	21,90	140,12
	Чай с лимоном	С	200/11/8	0,13	0,02	11,30	45,50
		Я	150/7/4	0,07	0,01	7,10	29,00
Итого за день	сад	С	1082	29,50	24,75	166,00	1001,79
	ясли	Я	920	23,86	20,48	137,84	828,66