

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

**МЕНЮ**  
на 21 апреля 2025 год

Прим п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	
							Сад/ Ясли
Завтрак:	Яйцо вареное	С	40/1	5,10	4,60	0,30	63,00
		Я	40/1	5,10	4,60	0,30	63,00
	Макаронные изделия, отварные с овощами	С	130	4,79	5,78	23,34	171,90
		Я	110	4,05	4,89	19,76	145,40
	Булочка «Ладушка» витаминн	С	25/7	1,66	5,10	9,87	91,80
		Я	25/5	1,23	3,78	7,31	68,00
	Чай с сахаром	С	200/11	0,07	0,02	11,10	44,40
		Я	180/10	0,06	0,02	9,99	40,00
2-завтрак	Плоды 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	Рассольник Ленинградский(крупа перловая)	С	200	1,63	4,20	9,09	85,27
		Я	150	1,22	3,15	6,82	63,95
	Капуста тушеная	С	130	2,68	4,21	12,26	97,63
		Я	110	2,27	3,56	10,37	82,61
	Котлета домашняя	С	70	8,75	17,15	13,30	173,70
		Я	50	6,25	12,25	9,50	143,20
	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/Хлеб ржаной	С	35/37	2,47	0,45	12,52	65,25
		Я	20/30	1,98	0,36	10,02	52,20
Полдник	Каша жидкая молочная ячневая	С	180	4,15	5,48	23,71	160,80
		Я	150	3,46	4,57	19,76	134,00
	Какао с молоком (1 вариант)Хлеб пшеничный, сыр порциями	С	180/15/16	3,67	3,19	15,82	107,00
		Я	150/10/10,6	3,15	2,72	12,96	89,00
	<b>Всего за день: сад</b>	<b>С</b>	<b>890,00</b>	<b>35,80</b>	<b>50,83</b>	<b>153,77</b>	<b>1159,36</b>
	<b>Всего за день: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>720,00</b>	<b>29,53</b>	<b>40,51</b>	<b>127,14</b>	<b>970,87</b>