

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

МЕНЮ
на 28 марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Завтрак	Суп молочный с крупой рисовой	С	180	4,33	4,57	15,14	119,16
		Я	150	3,61	3,81	12,62	99,30
	Хлеб пшеничный,масло сливочное крестьянское(порци ями) 72,5% жирности	С	20/7	1,66	5,10	9,87	91,80
		Я	15/5	2,13	3,78	7,31	68,00
	Чай с сахаром	С	200/11	0,41	0,09	30,59	124,74
		Я	180/10	0,33	0,07	25,49	103,95
	2- завтрак:	Плоды свежие(яблоки)	С	100/1	0,40	0,40	9,80
Я			100/1	0,40	0,40	9,80	44,00
	Борщ с капустой и картофелем	С	200	1,45	3,93	10,20	85,00
		Я	150	1,09	2,95	7,65	61,50
	Пампушки с чесноком штучно	С	20	1,20	0,80	8,40	43,10
		Я	20	1,20	0,80	8,40	43,10
	Зразы рыбные рубленные	С	70	9,41	4,66	10,54	121,34
		Я	50	6,72	3,33	7,53	86,67
	Пюре картофельное или картофель отварной	С	130	2,65	4,16	17,71	118,95
		Я	110	2,25	3,52	14,98	100,65
	Компот из смеси сухофруктов	С	180	0,43	0,25	12,66	54,61
		Я	150	0,36	0,21	10,55	45,51
	Хлеб пшеничный	С	40	1,52	0,16	9,84	47,00
		Я	30	0,76	0,08	4,92	23,50
	Хлеб ржаной	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Полдни к	Ватрушка с повидлом	С	60	7,61	3,22	18,72	134,40
		Я	60	7,61	3,22	18,72	134,40
	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
Всего за день: сад		С	737	29,62	23,31	181,44	1054,93
Всего за день: ясли		Я	600	25,16	18,79	150,86	867,43