

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

**МЕНЮ**  
на 03 марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход 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 "Ладушка" витаминизированное и йодированное	100	2,75	0,55	26,8	139	
		100	2,75	0,55	26,8	139	
	Масло сливочное «Крестьянское» (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 соленые(огурцы)	50	0,4	0,05	0,85	6,5	
		30	0,24	0,03	0,51	3,9	
	Суп картофельный с клецками	200	1,67	2,69	9,71	69,8	
		150	1,26	2,02	7,28	52,35	
	Жаркое из филе цыпленка бройлера (2 вариант)	150	7,13	4,62	13,74	125,8	
		150	7,13	4,62	13,74	125,8	
	Компот из свежих 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 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 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>	
	<b>ясли</b>	<b>1005</b>	<b>28,62</b>	<b>25,75</b>	<b>135,32</b>	<b>2097,77</b>	