

Утверждаю

заведующий
МБДОУ Д/с "Солнышко"с.Ивановка
_____/Кожина Галина Ивановна/

МЕНЮ
3 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПА (смаслом или сахаром или вареньем)	195	5,9	6,7	25,3	186
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25	1,5	4,2	10	85
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180	1,6	1,4	9,5	56
Итого		9	12,3	44,8	327
II Завтрак					
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	1,5	0,5	20,4	93
Итого		1,5	0,5	20,4	93
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	50	0,8	1,9	4,1	38
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	2,6	3,8	16,2	109
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	70	13,1	16	3,3	210
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	4,2	1,8	29,8	152
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО КОНЦЕНТРАТА	200			21,6	87
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,6	0,2	10,2	49
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,1	0,2	14,1	66
Итого		24,4	23,9	99,3	711
Полдник					
БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	60	5,6	8,1	38,9	252
КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА, АЙРАН	180	5	4,4	7	93
ЧАЙ С САХАРОМ	180			7,8	31
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	155	4,7	5,3	21	150
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	60	0,9	1,8	5,9	44
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	24	1,6	0,2	10,2	49
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,1	0,2	14,1	66
Итого		19,9	20	104,9	685
Всего		54,8	56,7	269,4	1816

Медицинская сестра _____ Назарова Ирина Васильевна