

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
Дата: 26.03.2025 год

Прием пищи	Наименование блюда	белки	жиры	углеводы	Вес блюда 2-3 года	белки	жиры	углеводы	Вес блюда 3-7 лет
Завтрак	Каша молочная геркулесовая с маслом	7,7	8,5	30,1	150	7,7	8,5	30,1	200
	Батон с маслом	4,65	5,72	29,91	25/5	4,65	5,72	29,91	30/5
	Чай	0,0	0,0	10,9	150	0,0	0,0	10,9	200
Итого за завтрак		12,35	14,22	70,91	330	12,35	14,22	70,91	435
Второй завтрак	Сок фруктовый	0,6	0,6	14,7	100	0,6	0,6	14,7	100
Обед	Суп крестьянский на к/б	4,2	4,9	19,1	150	4,2	4,9	19,1	200
	Гороховое пюре	14,45	15,96	11,96	70	14,45	15,96	11,96	90
	Рыба с овощами	12,7	12,35	0,0	70	12,7	12,35	0,0	70
	Хлеб пшеничный	7,7	3,0	49,8	60	7,7	3,0	49,8	80
	Хлеб Дарницкий	2,64	0,460	27,08	40	2,64	0,46	27,08	40
	Компот из с/ф	0,4	0,0	26,23	150	0,4	0,0	26,23	200
		42,09	36,67	134,17	530	42,09	36,67	134,17	690
Итого за обед	Макаронны отварные с сахаром, маслом	11,9	12,99	33,3	80	11,9	12,99	33,3	100
Полдник	Чай	0,0	0,0	12,9	150	0,0	0,0	12,9	200
Итого за полдник		11,9	12,99	46,2	230	11,9	12,99	46,2	300
Итого за день					1190				1525



Утверждаю
Заведующий МКДОУ
«Городской сад №1 «Звездочка»
Е.В. Бошелукова