

«Утверждаю»
Заведующий МДОУ детским садом
«Одуванчик»

МЕНЮ

для детей от 3 до 7 лет

24.04.2025

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность Б, ккал
		Белки, г	Жиры, Углеводы, г	
Завтрак				
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,3	6,9	235,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 2,5%	20/5	1,6	4,3	84,8
Чай с сахаром	180/8	0,0	0,0	31,5
Итого за прием пищи:	293	8,9	11,2	352,0

II Завтрак

ОРУКТЫ (яблоки)		100	0,4	0,4	9,8	47,0
того за прием пищи:		100	0,4	0,4	9,8	47,0
Обед						
КРА СВЕКОЛЬНАЯ		50	1,3	3,7	7,1	67,4
ОРЕЦ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ		180	1,4	3,6	9,3	76,0
АРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ		130	2,7	5,6	18,2	134,6
ЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)		70	9,1	10,9	8,4	167,8
СУС ТОМАТНЫЙ		20	0,3	1,0	1,5	15,9
ЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,6	0,3	16,5	79,1
ЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,0	0,2	19,5	91,9
ОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180	0,0	0,0	13,1	52,3
того за прием пищи:		710	20,4	25,3	93,6	685,0

Полдник

Походник			
УЯНИКИ	50	2,9	2,3
ОК НАТУРАЛЬНЫЙ (ПРОМЫШЛЕННОГО УОИЗВОДСТВА)	200	1,0	0,2
ого за прием пищи:	250	3,9	2,5
его за день:		33,6	39,4
СТОИМОСТЬ МЕНЮ			132,35
			260,9
			1344,9
			36,4
			177,5
			83,4
			19,6

«Утверждаю»
Заведующий МДОУ детским садом №1 «Одуванчик»
С.С. Сидорова

МЕНЮ

на
для детей от 1,5 до 3

24.04.2025

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Питательная ценность			Энергетическая
		Белки,	Жиры,	Углево	
Завтрак					
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,5	5,3	27,0	177,3
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 72,5%	20/5	1,6	4,3	10,1	84,8
ЧАЙ С САХАРОМ	180/8	0,0	0,0	7,8	31,5
Итого за прием пищи:	363	7,1	9,6	44,9	293,6
II Завтрак					
ФРУКТЫ (яблоки)	95	0,4	0,4	9,3	44,7
Итого за прием пищи:	95	0,4	0,4	9,3	44,7
Обед					
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40	0,7	3,1	3,9	47,4
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150	1,2	3,0	7,8	63,4
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	2,3	4,8	15,4	113,9
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	50	6,5	7,7	6,0	119,6
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	20	0,3	1,0	1,5	15,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,3	16,5	79,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,0	0,0	13,1	52,3
Итого за прием пищи:	590	15,8	20,1	78,8	560,5
Полдник					
ПРЯНИКИ	25	1,4	1,1	18,2	88,8
СОК НАТУРАЛЬНЫЙ	180	0,9	0,2	17,6	75,1
Итого за прием пищи:	205	2,3	1,3	35,8	163,9
Всего за день:		25,6	31,4	168,8	1062,7
СТОИМОСТЬ МЕНЮ					106,21