

«Утверждаю»
 МДОУ детский садом
 №1 «Одуванчик»



МЕНЮ
 для детей от 3 до 7 лет
 на 18.03.2025

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки, г	Жиры, г	Углево, г	
Завтрак					
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,2	7,0	32,1	212,7
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	6,8	11,3	50,0	329,0
II Завтрак					
СОК НАТУРАЛЬНЫЙ (ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА)	180	0,9	0,2	17,6	75,1
Итого за прием пищи:	180	0,9	0,2	17,6	75,1
Обед					
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150	1,2	3,0	7,8	63,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110/5	3,9	4,3	24,7	152,9
КОТЛЕТА МЯСНАЯ	50	6,1	6,9	7,9	118,1
СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ №347	20	0,1	0,8	0,7	10,7
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 СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,1	0,1	13,8	57,4
Итого за прием пищи:	555	33,1	34,3	175,9	550,5
Полдник					
ВАФЛИ	25	0,7	0,8	18,8	85,9
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО	180	0,0	0,0	25,4	101,5
Итого за прием пищи:	205	0,7	0,8	44,2	187,4
Всего за день:		41,5	46,6	287,7	1142,0
СТОИМОСТЬ МЕНЮ					96,14

«Утверждаю»
 МДОУ детский садом
 №1 «Одуванчик»



МЕНЮ
 для детей от 3 до 7 лет
 на 18.03.2025

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Б, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углев, г	
Завтрак					
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,2	7,0	32,1	212,7
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:	413	6,8	11,3	50,0	329,0
II Завтрак					
СОК НАТУРАЛЬНЫЙ (ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА)	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Итого за прием пищи:	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед					
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	1,4	3,6	9,3	76,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130/5	4,7	5,3	30,3	187,7
КОТЛЕТА МЯСНАЯ	70	8,6	9,7	11,1	165,4
СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ №347	20	0,1	0,8	0,7	10,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,3	16,5	79,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	16,5	68,7
Итого за прием пищи:	665	20,5	20,0	103,9	679,5
Полдник					
ВАФЛИ	50	1,4	1,7	38,7	177,0
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО	200	0,0	0,0	25,4	101,5
Итого за прием пищи:	250	1,4	1,7	64,0	278,5
Всего за день:		29,7	33,2	237,5	1370,4
СТОИМОСТЬ МЕНЮ					125,50