

Утверждаю
И.о заведующего МКДОУ
"Детский сад № 13 "Вишенка"
пос. Призтовского
Булах И.М

МЕНЮ

На 17 марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	
ЗАВТРАК	Яйцо варёное -1 шт	1/40	5,10	4,60	0,30	63,0	
		1/40	5,10	4,60	0,30	63,0	
	икра из кабачков(промышленная)	50	1,97	9,19	12,08	139,20	
		30	1,67	7,78	10,22	117,80	
	Булочка«Витаминно-йодированная»	25	2,75	0,55	26,80	139,00	
		25	2,75	0,55	26,80	139,00	
	Масло сливочное «Крестьянское» (порциями)	7	0,06	5,08	0,10	46,2	
		5	0,04	3,63	0,07	33,00	
Чай с сахаром	200/11	0,07	0,02	11,10	200/11		
	180/10	0,06	0,02	9,99	180/10		
2- завтрак	Сок фруктовый(яблочный)	200	1,00	0,00	20,20	85,30	
		1/200	1,00	0,00	20,20	85,30	
ОБЕД	Овощи натуральные соленые(огурцы с зеленью в заливке)	50	0,55	0,10	1,90	12,00	
		30	0,33	0,06	1,14	7,20	
	Суп картофельный с яйцом варёным 1 шт	200	1,67	2,69	9,71	69,80	
		1/50	1,20	2,02	7,28	52,35	
	Жаркое из кур (вариант 2)	1/50	7,13	4,62	13,74	125,80	
		150	7,13	4,62	13,74	125,80	
	Кисель из повидла	180	0,08	0,00	20,03	80,46	
		150	0,07	0,00	16,70	67,05	
	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25	
		20	1,52	0,16	9,84	47,00	
	Хлеб ржано-пшеничный	37	2,47	0,16	17,22	82,25	
		30	1,98	0,36	9,84	47,00	
	ПОЛДНИК	Каша жидкая молочная пшеничная	150	3,46	4,57	19,76	150
			130	3,00	3,96	17,13	130
Кофейный напиток с молоком с м.д.ж.2,5% (1вариант)		180	2,81	2,39	12,75	83,90	
		150	2,34	2,00	10,63	70,00	
Итого за день	1384	30,72	29,46	157,91	1384		
	1170	24,52	30,66	107,09	1170		

Яйцо варёное -1 шт

1/50

1,20

2,02

7,28

52,35