



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

МЕНЮ

На 04 марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой ячневой	180	4,33	4,57	15,14	119,16
		150	3,61	3,81	12,62	99,30
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
		15	1,14	0,12	7,38	35,25
	Масло сливочное «Крестьянское» (порциями)	7	0,06	5,08	0,10	46,2
		5	0,04	3,63	0,07	33,00
	Сыр полутвердый «Российский» с м.д.ж.50% (порциями)	15	2,40	4,55	0,00	55,55
		15	2,40	4,55	0,00	55,00
	Какао с молоком с м.д.ж.2,5% (1 вариант)	200	4,20	3,63	7,28	118,67
		180	3,67	3,19	15,82	107,00
2-завтрак	Молоко кипяченое с м.д.ж.2,5%	200	6,11	5,44	10,11	113,30
		150	4,58	4,08	7,58	85,00
ОБЕД	икра морковная	50	0,72	1,91	1,97	24,31
		30	0,43	1,14	1,18	14,58
	Суп картофельный с крупой гречневой	200	1,63	4,20	9,09	85,27
		150	1,22	3,15	6,82	63,95
	Тефтели 2-ой вариант	70	11,48	18,90	17,09	284,20
		50	8,20	13,50	12,20	203,00
	Соус сметанный с крупой томатом	180	0,33	4,50	2,14	24,03
		30	0,53	1,50	2,11	24,03
	Макаронные изделия отварные	130	4,76	3,65	22,85	143,40
		110	4,03	3,09	19,33	121,30
Компот из свежих плодов (яблоки или сливы)	180	0,43	0,25	12,66	54,61	
	150	0,36	0,09	30,59	124,74	
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	
	30	2,28	0,24	14,76	70,50	
Хлеб ржаной	37	2,47	0,45	12,52	65,25	
	30	1,98	0,36	10,02	52,2	
ПОЛДНИК	Запеканка из творога с м.д.ж.5%	120	21,05	14,46	20,58	296,48
		100	17,54	12,05	17,15	247,00
	Соус молочный сладкий	30	0,58	1,36	3,98	30,45
		30	0,58	1,36	3,98	30,45
	Чай с лимоном	200/11/8	0,13	0,02	11,30	45,50
		150/7/4	0,07	0,01	7,10	29,00
	Итого за день	1502	56,87	55,38	166,09	1432,33
		1215	46,90	48,04	153,68	1242,05