

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

МЕНЮ

На 03 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«Витамино-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
		200	1,67	2,69	9,71	69,80
	Суп картофельный с клецками	150	1,26	2,02	7,28	52,35
	Жаркое из кур (вариант 2)	150	7,13	4,62	13,74	125,80
		150	7,13	4,62	13,74	125,80
	Кисель из повидла (я)	180	0,08	0,00	20,03	80,46
		150	0,07	0,00	16,70	67,00
	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25
		20	1,52	0,16	9,84	47,00
ЗАВТРАК	Хлеб ржано-пшеничный	37	2,47	0,16	17,22	82,25
		30	1,98	0,36	9,84	47,00
	Каша жидкая молочная пшеничная	150	3,46	4,57	19,76	150
		130	3,00	3,96	17,13	130
		180	2,81	2,39	12,75	83,90
	Кофейный напиток с молоком с м.д.ж.2,5% (1вариант)	150	2,34	2,00	10,63	70,00
		1384	30,72	29,46	157,91	1384
	Итого за день	1170	24,52	30,66	107,09	1170