

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ д/с № 48
_____ А.А. Осокина

Меню на 05.02.2025г (1-3 года)

День: 8	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
Завтрак	Суп молочный геркулесовый	180	5.30	5.30	17.90	133.90
	Кофейный напиток с молоком	150	2.42	2.00	12.00	75.83
	Батон с маслом сливочным	17/5	1.32	4.10	7.90	73.73
	Итого за прием		9.03	11.40	37.80	283.46
10:00	Кисломолочный напиток Снежок	100	2.34	2.88	9.90	74.70
	Итого за прием		2.34	2.88	9.90	74.70
Обед	Салат из консервированной кукурузы и раст. маслом	40	1.70	3.80	4.80	59.58
	Суп картофельный с перловой крупой со сметаной	180	1.80	2.02	12.24	74.16
	Капуста тушеная	120	2.48	3.92	11.28	90.40
	Тефтели из мяса говядины	60	3.53	2.55	4.20	54.00
	Компот из кураги "Абрикосовый"	180	0.39	0.02	24.98	102.60
	Хлеб пшеничный	18	1.68	0.19	10.56	46.20
	Хлеб ржаной	18	1.24	0.20	7.11	30.24
Итого за прием		12.82	12.69	75.17	457.18	
Уплотненный полдник	Картофель отварной	160	3.06	4.61	24.54	152.00
	Суфле из рыбы с рисом "Сочное"	90	7.88	3.38	4.50	125.00
	Соус молочный	40	0.40	1.05	1.40	17.00
	Хлеб пшеничный	15	1.18	0.14	7.35	32.10
	Хлеб ржаной	15	0.70	0.11	4.41	18.70
	Чай с лимон	180	0.10	0.00	10.20	41.00
	Фрукты (яблоки)	100	0.40	0.40	9.80	44.00
	Итого за прием		13.71	9.68	62.20	429.80
Итого за день		37.90	36.66	185.07	1245.14	

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ д/с № 48

А.А. Осокина

МЕНЮ на 05.02.2025г (3-7 лет)

День: 8	Наименование блюда	Выход, г	Белки,	Жиры,	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			г	г		
			всего	всего		
Завтрак	Суп молочный геркулесовый	200	5.89	5.89	19.89	148.78
	Кофейный напиток с молоком	200	3.22	2.67	16.00	101.11
	Батон с маслом сливочным	25/8	2.00	6.25	12.02	112.20
	Итого за прием		11.11	14.80	47.91	362.09
10:00	Кисломолочный напиток Снежок	100	2.60	3.20	11.00	83.00
	Итого за прием		2.60	3.20	11.00	83.00
Обед	Салат из консервированной кукурузы и раст. маслом	40	1.70	3.80	4.80	59.58
	Суп картофельный с перловый крупой со сметаной	200	2.00	2.24	13.60	82.40
	Капуста тушеная	130	2.69	4.25	12.22	97.93
	Гуляш из говядины	160	20.63	16.30	5.24	230.00
	Компот из кураги "Абрикосвый"	180	0.39	0.02	24.98	102.60
	Хлеб пшеничный	15	1.40	0.16	8.80	38.50
	Хлеб ржаной	15	1.04	0.17	5.93	25.20
	Итого за прием		29.84	26.93	75.57	636.21
Уплотненный полдник	Картофель отварной	150	2.87	4.32	23.01	142.50
	Суфле из рыбы с рисом "Сочное"	100	8.75	3.75	5.00	150.00
	Соус молочный	60	1.20	3.15	4.20	51.00
	Хлеб пшеничный	22	1.73	0.20	10.78	47.08
	Хлеб ржаной	20	1.40	0.22	8.82	37.40
	Чай с лимон	200	0.11	0.00	11.33	45.56
	Напиток витаминный	50	0.20	0.00	5.25	22.00
	Фрукты (яблоки)	100	0.40	0.40	9.80	44.00
	Итого за прием		16.66	12.04	78.19	539.54
	Итого за день		60.21	56.97	212.66	1620.84