

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

Меню на 06.03.2025г (1-3 года)

	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
Завтрак	Суп молочный с геркулесом	170	5.02	5.02	15.22	126.48
	Чай с молоком	150	2.25	1.92	11.92	74.17
	Батон с маслом сливочным	25/5	1.82	5.68	10.93	102.00
	Итого за прием		9.09	12.61	38.06	302.65
10:00	Сок	100	0.30	0.20	16.30	68.00
	Итого за прием		0.30	0.20	16.30	68.00
Обед	Салат из консервированной кукурузы и раст. маслом	40	1.70	3.80	4.80	59.58
	Свекольник со сметаной на кур бульоне	150	2.04	2.94	13.44	88.80
	Печень по-строгановски	100	12.17	6.92	1.83	118.33
	Макаронные изделия отварные	110	3.67	2.75	19.25	121.00
	Компот из чернослива "Сливовый"	150	0.33	0.08	16.92	68.33
	Хлеб пшеничный	15	0.82	0.09	5.10	22.29
	Хлеб ржаной	10	0.70	0.11	4.41	18.70
	Итого за прием		21.43	16.69	65.75	497.04
Уплотненный полдник	Салат из отв. карт. моркови и свеклы и растит. маслом	60	1.28	2.85	3.60	44.69
	Хлеб пшеничный	22	0.55	0.06	3.40	14.86
	Хлеб ржаной	23	1.40	0.22	8.82	37.40
	Пирожки печеные с мясным фаршем	55	8.25	6.19	16.50	154.00
	Чай с сахаром	180	0.00	0.00	9.90	40.00
	Молоко кипяченое	160	4.87	4.34	8.06	90.67
	Фрукты (яблоки)	100	0.40	0.40	9.80	44.00
	Итого за прием		16.74	14.06	60.08	425.61
	Итого за день		47.55	43.56	180.19	1293.30

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ д/с № 48

А.А. Осокина

МЕНЮ на 06.03.2025г (3-7 лет)

	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
Завтрак	Суп молочный с геркулесом	200	5.90	5.90	17.90	148.80
	Чай с молоком	180	2.70	2.30	14.30	89.00
	Батон с маслом сливочным	30/8	2.31	7.19	13.84	129.20
	Итого за прием		10.91	15.39	46.04	367.00
10:00	Сок	120	0.36	0.24	19.56	81.60
	Итого за прием		0.36	0.24	19.56	81.60
Обед	Салат из консервированной кукурузы и раст. маслом	60	2.55	5.70	7.20	89.37
	Свекольник со сметаной на кур бульоне	180	2.45	3.53	16.13	106.56
	Печень по-строгановски	120	14.60	8.30	2.20	142.00
	Макаронные изделия отварные	150	5.00	3.75	26.25	165.00
	Компот из чернослива "Сливовый"	180	0.40	0.10	20.30	82.00
	Хлеб пшеничный	18	0.98	0.11	6.13	26.75
	Хлеб ржаной	15	1.05	0.17	6.61	28.05
	Итого за прием		27.03	21.66	84.82	639.73
Уплотненный полдник	Салат из отв. карт. моркови и свеклы и растит. маслом	60	0.75	3.75	5.25	61.50
	Хлеб пшеничный	25	1.09	0.13	6.81	29.72
	Хлеб ржаной	25	1.75	0.28	11.02	46.75
	Пирожки печеные с мясным фаршем	70	10.50	7.88	21.00	196.00
	Чай с сахаром	200	0.00	0.00	11.00	44.44
	Молоко кипяченое	180	5.48	4.88	9.07	102.00
	Фрукты (яблоки)	100	0.40	0.40	9.80	44.00
	Напиток витаминный	50	0.20	0.00	5.25	22.00
	Итого за прием		20.17	17.31	79.20	546.42
	Итого за день		58.47	54.59	229.61	1634.75

