

Утверждаю
Заведующий МДОУ

«Детский сад № 3 «АБВГДейка»



ст. Александровская»

Е.С.Савельева

МЕНЮ

На 14 04 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Яйцо вареное	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00
	Макаронные изделия, отварные с овощами	130	4,79	5,78	23,34	171,90
	Булочка «Ладушка» йодированная	25	1,66	5,10	9,87	91,80
	Масло сливочное «Крестьянское» (порциями)	7	0,080	7,25	0,13	66,0
	Чай с сахаром	200/11	0,07	0,02	11,10	44,40
II ЗАВТРАК	Плоды свежие (Яблоки)	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00
	Суп крестьянский с крупой (пшеничной)	200	1,68	4,09	13,27	96,60
	Бигос (мяса отварной говядины, тушеное с капустой)	150	14,44	27,03	8,93	336,71
	Компот из свежих плодов (яблоки)	180	0,43	0,25	12,66	54,61
	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25
	Хлеб ржаной	37	2,47	0,45	12,52	65,25
ПОЛДНИК	Каша жидкая молочная из рисовой крупы	150/5	1,64	3,82	16,90	109,00
	Какао с молоком (2,5%)	180	3,67	3,19	15,82	107,00
	Итого за день	1377	38,61	54,61	141,93	1222,52