

Утверждаю:
Заведующий МДОБУ
Саракташский д\с №11

Меню на " 09 " июля 2025 год

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		3-7 лет	Б	Ж	У	
Завтрак 1	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	200,00	5,00	5,90	25,60	175,00
	Чай с молоком	180,00	1,26	1,26	10,08	54,90
	Хлеб с маслом	30,00	1,95	3,85	11,75	90,50
Итого за 1 завтрак:		410,00	8,21	11,01	47,43	320,40
Завтрак 2	Сок фруктовый	120,00	0,60	0,12	12,10	55,20
Итого за 2 завтрак:		120,00	0,60	0,12	12,10	55,20
Обед	Овощи натуральные соленые (огурец)	50,00	0,40	0,05	0,85	6,50
	Рассольник с крупой и сметаной	200,00	1,80	4,50	12,50	99,00
	Котлеты или биточки рыбные	70,00	11,29	8,03	9,61	156,80
	Соус томатный	30,00	0,30	1,40	1,90	22,00
	Картофельное пюре	150,00	3,11	4,20	20,60	135,00
	Компот из смеси сухофруктов	180,00	0,45	0,00	24,30	99,00
	Хлеб ржано-пшеничный	20,00	1,32	0,24	6,80	36,20
	Хлеб пшеничный	40,00	3,16	0,40	19,32	94,00
Итого за обед:		740,00	21,83	18,82	95,88	648,50
Полдник	Кисломолочные продукты	180,00	5,40	0,09	7,20	72,00
	Печенье	40,00	3,00	3,92	29,76	166,80
Итого за полдник:		220,00	8,40	4,01	36,96	238,80
Итого за третий день:		1490,00	39,04	33,96	192,37	1262,90