

Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное учреждение «Детский сад «Березка» п.Маякское

Утверждаю

Заведующий МДОБУ «Березка»

Алиева Г.П.



Ежедневное меню на 11 марта 2025 год. Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день), 300мл							
Завтрак	Суп молочный вермишелевый	200	6,58	9	26,12	187,04	94
	Чай с сахаром	200	0,36	0	0,072	50,4	83
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	30	2,34	7,76	14,53	139,1	2
Итого за завтрак		430	9,28	16,76	40,722	376,54	
Второй завтрак	Печенье	30	2,3	2,9	22,3	125,1	95
Итого за второй завтрак		30	2,3	2,9	22,3	125,1	
Обед	Суп гороховый на костном бульоне	250	8,46	2,34	23,48	148,82	32
	Овощное рагу с мясом	200	1,89	5,97	15,77	124,44	65
	Компот из сухофруктов	200	0,31	0,01	24,37	96,76	14
	Салат из моркови и яблок	40	0,56	3,48	5,24	54,6	16
	Хлеб пшеничный	10	2,25	0,87	15,15	77,43	87
	Хлеб ржаной	40	3,2	0,6	16,2	84,58	86
Итого за обед		740	13,47	13,27	100,21	286,63	
Полдник	Макароны сладкие с маслом	120	5,24	5,77	42,6	232,6	5
	Хлеб с маслом	30	2,03	3,21	11,34	127	2
	Чай с сахаром	200	0,36	0	0,072	50,4	94
Итого за полдник		350	7,63	8,98	54,012	410	
Итого за день		1550	32,68	87,05	217,244	1198,27	