

УТВЕРЖДАЮ:
 заведующая МБДОУ детского сада №30
 "Солнышко" с. Побегайловка
 Е.В.Савинцева
 приказ № 239-ОД от 13.12.2024г.

Ежедневное меню для детей от 3-х до 7-ми лет (сад) " 14 " 2025г.

Наименование блюд и кулинарных изделий	Выход блюда, г	Химический состав блюд				Витамины	Цена, руб.
		Белки, г	Жиры, г	Углев. г	Энерг. ценн. Ккал.	С	
9 ДЕНЬ							
Завтрак							
Каша жидкая молочная пшеничная с маслом	200/5	8,6	11,4	47,1	325	0	15,94
Хлеб ржаной	40	2,72	0,48	15,9	80	0	2,56
Сыр российский	15	3,9	4	0	52,9	0,08	11,90
Кофейный напиток с молоком	180	2,52	2,5	13,6	79,2	0,63	8,94
Итого завтрак:		17,74	18,38	76,6	537,1	0,71	39,34
2-ой завтрак							
Бананы свежие	75	0,26	0	10,6	54,2	5,3	10,62
Итого 2 завтрак		0,26	0	10,6	54,2	5,3	10,62
Обед							
Суп картофельный с клецками	200	3	3,28	13,52	95,76	4,6	8,15
Котлеты из говядины	80	15,82	17,77	18,08	265,43	0	50,14
Капуста тушеная	150	3,13	5,56	14,38	120	24,99	14,89
Хлеб пшеничный	30	2,45	0,4	12,2	63,6	0	2
Хлеб ржаной	30	2,04	0,36	11,94	60	0	1,92
Напиток из плодов шиповника	180	0,18	0	27	122,4	9	5,02
Итого обед:		26,62	27,37	97,12	727,19	38,59	82,12
Полдник							
Ряженка	180	5	5,8	6,8	99	0,6	18,93
Коржики молочные	50	3,26	5,62	30,99	187,33	0,03	5,12
Итого полдник		8,26	11,42	37,79	286,33	0,63	24,05
ИТОГО за день:		52,88	57,17	222,11	1604,8	45,23	156,13