

УТВЕРЖДАЮ:

заведующая МБДОУ детского сада №30

"Солнышко" с. Побегайловка

Е.В.Савинцева

приказ № 239-ОД от 13.12.2024г.

Ежедневное меню для детей от 1,5 до 3-х лет (сад) " 16 " 08 2025г.

Наименование блюдо и кулинарных изделий	Выход блюда, г	Химический состав блюдо				Витамины	Цена, руб.
		Белки, г	Жиры, г	Углев. г	Энерг. ценн. Ккал.	С	
6 ДЕНЬ							
Завтрак							
Омлет натуральный с маслом сливочным	80/5	8	16	12,4	211,3	0	25,16
Сыр российский	15	3,9	4	0	52,9	0,08	11,9
Хлеб пшеничный	30	2,45	0,4	12,2	63,6	0	2,03
Масло сливочное	5	0,05	4,1	0,05	37,5	0	4,85
Чай с лимоном и сахаром	150/5,5/ 7,5	0,23	0,08	7,13	30	0,75	2,40
Итого завтрак:		14,63	24,58	31,78	395,3	2,28	46,34
2-ой завтрак							
Мандарины свежие	100	1	0	25,5	95	1	14,40
Итого 2 завтрак		1	0	25,5	95	1	14,40
Обед							
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150/5	1,04	2,93	5,09	50,85	11	6,41
Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом	60/30	8,4	12,2	12,5	193	0,2	35,61
Каша гречневая	120/5	5,36	8,48	39,84	249,6	0	8,92
Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	21	106	0	3,33
Кисель из яблок свежих	150	0,15	0,15	17,85	73,5	0,6	4,91
Итого обед:		19,05	24,46	96,28	672,95	11,8	59,18
Полдник							
Чай с молоком	150	1,05	1,2	8	68,2	0	4,29
Печенье сдобное	40	0,39	0,28	32,3	234,6	0	10,47
Итого полдник		1,44	1,48	40,3	302,8	0	14,76
ИТОГО за день:		36,12	50,52	193,86	1466,1	15,08	134,68