

Заведующий

МАДОУ д/с «СКАЗКА» с. Пономаревка

Н.В. Егорова

2025 год



Меню

Неделя 1 вторник							
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества г			Энергетическая Ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Масло сливочное	5	0,04	3,6	0,07	33	54-19
	Каша жидкая молочная пшеничная	200	7	9,8	35	254,9	54-6к
	Сыр в нарезке	10	2,32	2,95	0	35,8	54-1з
	Чай без сахара	150	0,07	0,02	0,02	0,5	54-1гн
	Хлеб пшеничный	25	2	0,2	12,3	58,6	Пром.
Итого за завтрак		390	11,43	16,57	47,39	382,8	
2 завтрак	Сок фруктовый	100	0,5	0	10,5	42,0	Пром.
	Апельсин	100	0,4	0,4	10,3	45,5	Пром.
Итого		200	0,9	0,4	20,8	87,5	
Обед	Огурец в нарезке	60	0,48	0,06	1,5	8,5	54-2з
	Рассольник «Ленинградский» с рисом	200	4,75	5,78	13,64	125,5	54-3с
	Капуста тушеная с мясом	150	16,48	16,52	10	254,6	54-10м
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,47	0	19,78	81	54-1хн
	Хлеб (пшеничный ржаной)	20	2,3	0,2	14,8	46,9	Пром.
		30	1,3	0,2	6,7	51,2	Пром.
Итого за обед		660	21,03	22,76	66,42	567,7	
Полдник	Кисель из смородины	200	0,24	0,08	12,22	50,5	54-23хн
	Творожник песочный	50	6	6,45	20,17	162,6	54-15в
Итого за полдник		250	6,24	6,53	32,39	213,1	
Итого за день		1500	39,6	46,26	167	1251,1	