

Заведующий

МАДОУ д/с «Сказка» с. Пономаревка

Н.В. Егорова

2025 год



МЕНЮ

«27» МАРТА 2025 год

| Неделя 2 четверг | | | | | | | |
|------------------|--------------------------------------|-------------|--------------------|---------------|---------------|--------------------------------|--------------|
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества г | | | Энергетическая Ценность (ккал) | № рецепту ры |
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | Масло сливочное | 5 | 0,04 | 3,6 | 0,07 | 33 | 54-19 |
| | Сыр | 10 | 2,32 | 2,95 | 0 | 35,8 | 54-1з |
| | Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | 5,49 | 4,54 | 17,85 | 134,1 | 54-19к |
| | Чай с молоком и сахаром | 150 | 1,09 | 0,85 | 6,43 | 37,7 | 54-4гн |
| | Батон | 30 | 2,4 | 0,3 | 16 | 83,1 | Пром. |
| Итого за завтрак | | 395 | 11,34 | 12,24 | 40,35 | 323,7 | |
| 2 завтрак | Сок фруктовый | 100 | 0,3 | 0,1 | 14,2 | 58,9 | Пром. |
| | Яблоко | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44,4 | Пром. |
| Итого | | 200 | 0,7 | 0,5 | 24 | 103,3 | |
| Обед | Помидор в нарезке | 30 | 0,33 | 0,06 | 1,14 | 6,4 | 54-3з |
| | Суп с рыбными консервами | 200 | 5,9 | 6,8 | 12,5 | 134,6 | 54-27с |
| | Каша перловая рассыпчатая | 180 | 5,31 | 6,32 | 36,6 | 224,5 | 54-5г |
| | Котлета из говядины | 60 | 10,95 | 10,44 | 9,85 | 177,2 | 54-4м |
| | Соус красный | 30 | 1 | 0,07 | 2,7 | 21,2 | 54-3с |
| | Компот из сухофруктов | 200 | 0,47 | 0 | 19,78 | 81 | 54-1хн |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 46,9 | Пром. |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2 | 0,4 | 10 | 51,2 | Пром. |
| Итого за обед | | 750 | 28,26 | 24,29 | 107,37 | 743 | |
| Полдник | Ватрушка с повидлом | 60 | 3,73 | 1,67 | 38,85 | 185,4 | 54-14в |
| | Какао с молоком | 150 | 2,55 | 1,95 | 8,26 | 60,8 | 54-21гн |
| Итого за полдник | | 210 | 6,28 | 3,62 | 47,11 | 246,2 | |
| Итого за день | | 1555 | 46,58 | 40,,65 | 218,83 | 1416,2 | |