Заведующий

МАДОУ д/с «СКАЗКА» с. Пономаревка

_____ Н.В. Егорова

«____» _____2025 год

Меню

7 мая 2025 год

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества г			Энергетическая Ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша жидкая молочная рисовая	200	5,28	5,42	28,66	184,5	54-21к
	Чай без сахара	150	0,07	0,02	0,02	0,5	54-1гн
	Батон	30	2,4	0,3	14,73	81,3	Пром
	Масло сливочное	5	0,04	3,6	0,07	33	54-19
Итого за завтрак		**385**	**7,8**	**9,34**	**43,48**	**342,78**	
2 завтрак	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	43,3	Пром
	Апельсин	100	0,4	0,3	10,3	45,5	Пром.
Итого		**200**	**0,9**	**0.4**	**20,4**	**48,8**	
Обед	Салат из моркови с яблоками	60	0,55	6,1	4,29	74,2	54-11з
	Суп картофельный с клецками	200	4,63	3,28	11,4	93,6	54-6с
	Картофельное пюре	200	4,1	7,07	26,43	185,8	54-11г
	Тефтели из говядины с рисом	80	11,58	11,7	6,48	177,5	54-21м
	Соус сметанный	30	0,9	4,94	1,95	55,8	54-4с
	Компот из свежих яблок	200	0.15	0,14	9,93	41,5	54-32х
	Хлеб (пшеничный	20	2,3	0,2	14,8	46,9	Пром.
	ржаной)	30	2	0,4	10	51,2	Пром.
Итого за обед		**820**	**26,21**	**33,83**	**85,28**	**726,5**	
Полдник	Сырники	80	15,72	4,63	16,53	170,7	54-6т
	Кисель	200	0,24	0,08	12,22	50,5	54-23х
Итого за полдник		**280**	**15,96**	**4,71**	**28,75**	**221,2**	
Итого за день		**1685**	**50,87**	**48,28**	**177,91**	**1339,28**	