



Утверждаю
 Заведующий МБДОУ
 "Детский сад №15 "Светлячок"
 Александровской
 Е.Н.Полина
 "24" июня 2025 г.

МЕНЮ

| Прием пищи | Наименование блюда | | Выход | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | |
|----------------------------|--|----------|---------------|------------------|--------------|---------------|--------------------------------|---------------|
| | | | | Б | Ж | У | | |
| 7 день | | | | | | | | |
| Завтрак | Суп молочный с крупой ячневой (с маслом сладко-сливочным "Крестьянским" 72,5%) | С | 180/2 | 4,33 | 4,57 | 15,14 | 119,16 | |
| | | Я | 150/1,5 | 3,61 | 3,81 | 12,62 | 99,30 | |
| | Хлеб пшеничный | С | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 | |
| | | Я | 15 | 1,14 | 0,12 | 7,38 | 35,25 | |
| | Сыр полутвердый "Российский" (порциями) 50% | С | 15 | 3,55 | 4,55 | 0,00 | 55,00 | |
| | | Я | 10 | 2,40 | 3,03 | 0,00 | 36,60 | |
| | Какао с молоком 2,5% (1 вариант) | С | 200 | 4,20 | 3,63 | 7,28 | 118,67 | |
| | | Я | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107,00 | |
| | Итого: сад | | С | 415 | 12,08 | 12,75 | 22,42 | 292,83 |
| | Итого: ясли | | Я | 355 | 9,68 | 10,03 | 28,44 | 242,90 |
| 2- завтрак | Молоко кипяченое 2,5% | С | 200 | 6,11 | 5,44 | 10,11 | 113,30 | |
| | | Я | 150 | 4,58 | 4,08 | 7,58 | 85,00 | |
| Обед | Икра морковная или свекольная | С | 50 | 1,17 | 2,30 | 6,17 | 50,05 | |
| | | Я | 30 | 0,70 | 1,38 | 3,70 | 30,03 | |
| | Суп картофельный с крупой пшеничной | С | 200 | 1,63 | 4,20 | 9,09 | 85,27 | |
| | | Я | 150 | 1,22 | 3,15 | 6,82 | 63,95 | |
| | Тефтели 2-ой вариант | С | 70 | 11,48 | 18,90 | 17,09 | 284,20 | |
| | | Я | 50 | 8,20 | 13,50 | 12,20 | 203,00 | |
| | Соус сметанный 15% с томатом | С | 30 | 0,53 | 1,50 | 2,11 | 24,03 | |
| | | Я | 30 | 0,53 | 1,50 | 2,11 | 24,03 | |
| | Макаронные изделия отварные (с маслом сладко-сливочным "Крестьянским" 72,5%) | С | 130/5 | 4,76 | 3,65 | 22,85 | 143,40 | |
| | | Я | 110/5 | 4,03 | 3,09 | 19,33 | 121,30 | |
| | Компот из свежих плодов яблок | С | 180 | 0,43 | 0,25 | 12,66 | 54,61 | |
| | | Я | 150 | 0,36 | 0,21 | 10,55 | 45,51 | |
| | Хлеб пшеничный | С | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 94,00 | |
| | | Я | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,50 | |
| | Хлеб ржано-пшеничный | С | 37 | 2,47 | 0,45 | 12,52 | 65,25 | |
| | | Я | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,20 | |
| | Итого: сад | | С | 737 | 25,51 | 31,57 | 102,17 | 800,81 |
| | Итого: ясли | | Я | 580 | 19,30 | 23,43 | 79,49 | 610,52 |
| Полдник | Запеканка из творога 5% | С | 120 | 21,05 | 14,46 | 20,58 | 296,48 | |
| | | Я | 100 | 17,54 | 12,05 | 17,15 | 247,00 | |
| | Соус молочный сладкий | С | 30 | 0,58 | 1,36 | 3,98 | 30,45 | |
| | | Я | 30 | 0,58 | 1,36 | 3,98 | 30,45 | |
| | Чай с лимоном | С | 200/11/8 | 0,13 | 0,02 | 11,30 | 45,50 | |
| | | Я | 150/7/4 | 0,07 | 0,01 | 7,10 | 29,00 | |
| | Итого: сад | | С | 350 | 21,76 | 15,84 | 35,86 | 372,43 |
| | Итого: ясли | | Я | 280 | 18,19 | 13,42 | 28,23 | 306,45 |
| Всего за день: сад | | С | 1502 | 59,35 | 60,16 | 160,45 | 1466,07 | |
| Всего за день: ясли | | Я | 1215 | 47,17 | 46,88 | 136,16 | 1159,87 | |
| Стоимость дня я/с | | | 135,98 | 161,30 | | | | |