



"Утверждаю"

Заведующий МБДОУ

"Детский сад № 15 \"Светлячок\"

ст. Александрийской"

Е.Н.Полина

Июль 2025 г.

МЕНЮ

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	
				Б	Ж	У		
3 день								
Завтрак	Суп молочный с овсяными хлопьями (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	
	Масло сладко-сливочное "Крестьянское" (порциями) 72,5%	С	7	0,06	5,08	0,10	46,20	
		Я	5	0,04	3,63	0,07	33,00	
	Чай с молоком 2,5 %	С	150/50/11	2,97	2,60	15,92	98,80	
		Я	135/45/10	2,67	2,34	14,33	89,00	
Итого: сад		С	407	7,36	12,25	31,16	264,16	
Итого: ясли		Я	350	6,32	9,78	27,02	221,30	
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	Овощи натуральные свежие (помидоры или огурцы)	С	50	0,40	0,05	1,25	7,00	
		Я	30	0,24	0,03	0,75	4,20	
	Суп картофельный с крупой гречневой	С	200	1,63	4,20	9,09	85,27	
		Я	150	1,22	3,15	6,82	63,95	
	Плов из птицы	С	150	14,17	11,96	25,08	264,40	
		Я	150	14,17	11,96	25,08	264,40	
	Кисель из повидла, джема, варенья	С	180	0,08	0,00	20,03	80,46	
		Я	150	0,07	0,00	16,70	67,05	
	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	657	21,79	16,98	87,65	596,38
	Итого: ясли		Я	540	19,96	15,74	74,13	522,30
Полдник	Пирожок печеный из дрожжевого теста с капустой	С	60	3,63	4,24	21,90	140,12	
		Я	60	3,63	4,24	21,90	140,12	
	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	260	3,76	4,26	33,20	185,62
	Итого: ясли		Я	210	3,70	4,25	29,00	169,12
Всего за день: сад		С	1324	32,91	33,49	152,01	1046,16	
Всего за день: ясли		Я	1100	29,98	29,77	130,15	912,72	
Стоимость дня я/с			84,12	101,46				