



"Утверждаю"
Заведующий МБДОУ
Детский сад № 15 "Светлячок"
ст. Александрийской"

Е.Н.Полина
"18" марта 2025 г.

МЕНЮ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	
			Б	Ж	У		
2 день							
Завтрак	Каша жидкая молочная из ячневой крупы (с маслом сладко-сливочным "Крестьянским" 72,5%)	С	180/4,5	4,15	5,48	23,71	160,80
		Я	150/3,75	3,46	4,57	19,76	134,00
	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
	Кофейный напиток с молоком 2,5% (1вариант)	С	200	3,12	2,66	14,17	93,30
		Я	180	2,81	2,39	12,75	83,90
	Итого: сад	С	415	10,82	12,69	37,88	309,10
	Итого: ясли	Я	355	8,67	9,99	32,51	254,50
2-завтрак:		С					
		Я					
Обед	Овощи отварные (с маслом сладко-сливочным "Крестьянским" 72,5%) (морковь)	С	50/2	0,72	1,91	1,97	24,31
		Я	30/1,5	0,43	1,14	1,18	14,58
	Суп картофельный с макаронными изделиями	С	200	2,15	2,27	13,71	83,80
		Я	150	1,61	1,70	10,28	62,85
	Голубцы ленивые (соус сметанный с томатом)	С	120/30	10,61	6,81	15,04	164,00
		Я	100/30	8,84	5,68	12,53	136,67
	Компот из смеси сухофруктов	С	180	0,50	0,00	24,66	100,66
		Я	150	0,42	0,00	20,50	83,88
	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	19,49	11,76	87,58	532,02
	Итого: ясли	Я	520	15,56	9,12	69,27	420,68
Полдник	Вареники ленивые (с маслом сладко-сливочным "Крестьянским" 72,5%)	С	120/5	21,21	16,93	21,08	324,70
		Я	100/5	16,88	13,48	16,92	258,82
	Кефир 2,5% или ряженка 2,5%	С	180	5,00	3,93	7,35	85,06
		Я	150	4,20	3,28	6,13	70,89
		Итого: сад	С	400	26,21	20,86	28,43
	Итого: ясли	Я	250	21,08	16,76	23,05	329,71
	Всего за день: сад	С	1472	56,52	45,31	153,89	1250,88
	Всего за день: ясли	Я	1125	45,31	35,87	124,83	1004,89
	Стоимость дня я/с		117,81	139,63			