



"Утверждаю"
 Заведующий МБДОУ
 Детский сад № 15 "Светлячок"
 ст. Александрийской"
 Е.Н.Полина
 "20" марта 2025 г.

МЕНЮ

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	
				Б	Ж	У		
4 день								
Завтрак	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы (с маслом сладко-сливочным "Крестьянским" 72,5%)	С	180/4,5	6,68	6,53	32,75	219,36	
		Я	150/3,75	5,57	5,44	27,29	182,80	
	Бутерброд с повидлом	С	20/15/5	2,62	3,42	29,53	159,27	
		Я	15/10/5	1,96	2,56	22,14	119,45	
	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	420	13,50	13,58	69,56	497,30	
	Итого: ясли	Я	360	11,20	11,19	65,25	409,25	
2-завтрак:	Фрукты свежие (яблоко)	С	1/85	0,40	0,40	9,80	44,00	
		Я	1/85	0,40	0,40	9,80	44,00	
Обед	Икра овощная	С	50	0,65	2,07	3,58	35,50	
		Я	30	0,39	1,24	2,15	21,30	
	Суп картофельный с бобовыми (горох)	С	200	4,39	4,21	13,08	107,80	
		Я	150	3,29	3,16	9,79	80,85	
	Гренки из пшеничного хлеба	С	30	3,74	0,48	22,82	110,46	
		Я	20	2,49	0,32	15,21	73,64	
	Шницель рыбный натуральный (с маслом сладко-сливочным "Крестьянским" 72,5%)	С	80/8	12,50	17,78	6,40	216,00	
		Я	60/6	9,37	15,70	4,80	162,00	
	Каша рассыпчатая гречневая (с маслом сладко-сливочным "Крестьянским" 72,5%)	С	130/4,5	7,46	5,28	33,49	211,25	
		Я	110/4	6,31	4,47	28,34	178,75	
	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	15	1,14	0,12	7,38	35,25	
		Я	10	0,76	0,08	4,92	23,50	
	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	742	25,32	25,36	78,44	624,87	
	Итого: ясли	Я	580	18,64	21,07	57,44	459,00	
Полдник	Рагу из овощей	С	130	1,97	9,19	12,08	139,20	
		Я	110	1,67	7,78	10,22	117,80	
	Кондитерские изделия (печенье)	С	30	2,25	2,94	22,32	125,10	
		Я	15	1,12	1,47	11,16	62,50	
	Хлеб пшеничный	С	15	1,14	0,12	7,38	35,25	
		Я	10	0,76	0,08	4,92	23,50	
	Чай с сахаром	С	200/11	0,07	0,02	11,10	44,40	
		Я	150/7	0,06	0,02	9,99	40,00	
		Итого: сад	С	375	5,43	12,27	52,88	343,95
		Итого: ясли	Я	285	3,61	9,35	36,29	243,80
	Всего за день: сад	С	1537	44,25	51,21	200,88	1466,12	
	Всего за день: ясли	Я	1225	33,45	41,61	158,98	1112,05	
	Стоимость дня я/с		94,65	124,77				