



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

МЕНЮ

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
5 день							
Завтрак	Суп молочный с крупой пшениной (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 лимоном	С	200/11/8	0,13	0,02	11,30	45,50
		Я	180/10/7	0,12	0,02	10,20	41,00
	Итого: сад	С	407	5,98	4,75	36,28	211,66
	Итого: ясли	Я	350	4,87	3,95	30,20	175,55
2-завтрак:	Фрукты свежие (яблоко) или сок фруктовый (яблочный)	С	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00
		Я	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00
		С	200	1,00	0,00	20,20	85,30
		Я	1/200	1,00	0,00	20,20	85,30
Обед	Икра свекольная или морковная	С	50	1,17	2,30	6,17	50,05
		Я	30	0,70	1,38	3,70	30,03
	Борщ с капустой и картофелем	С	200	1,45	3,93	10,20	85,00
		Я	150	1,09	2,95	7,65	61,50
	Пампушки с чесноком	С	20	1,20	0,80	8,40	43,10
		Я	20	1,20	0,80	8,40	43,10
	Зразы рыбные рубленые (с маслом сладко-сливочным "Крестьянским" 72,5%)	С	70/5,8	9,41	4,66	10,54	121,34
		Я	50/4	6,72	3,33	7,53	86,67
	Пюре картофельное или картофель отварной	С	130	2,65	4,16	17,71	118,95
		Я	110	2,25	3,52	14,98	100,65
	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	20	1,52	0,16	9,84	47,00
		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	707	20,37	16,46	100,04	631,35
	Итого: ясли	Я	550	15,12	12,42	77,70	481,53
Полдник	Шанежка наливная	С	60	4,69	4,14	30,28	177,19
		Я	60	4,69	4,14	30,28	177,19
	Молоко кипяченое 2,5%	С	200	6,11	5,44	10,11	113,30
		Я	150	4,58	4,08	7,58	85,00
		Итого: сад	С	260	10,80	9,58	40,39
	Итого: ясли	Я	210	9,27	8,22	37,86	262,19
	Всего за день: сад	С	1374	37,15	30,79	176,71	1133,50
	Всего за день: ясли	Я	1110	29,26	24,59	145,76	919,27
	Стоимость дня я/с		83,54	102,99			