



МБДОУ  
"Детский сад №15 "Светлячок"  
"Светлячок"  
ст. Александровской  
Заведующий МБДОУ  
"Детский сад №15 "Светлячок"  
Александровской"  
Е.Н.Полина  
"25" марта 2025 г.

**МЕНЮ**

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	
				Б	Ж	У		
<b>7 день</b>								
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	
	<b>Итого: сад</b>		<b>С</b>	<b>415</b>	<b>12,08</b>	<b>12,75</b>	<b>22,42</b>	<b>292,83</b>
<b>Итого: ясли</b>		<b>Я</b>	<b>355</b>	<b>9,68</b>	<b>10,03</b>	<b>28,44</b>	<b>242,90</b>	
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	
	<b>Итого: сад</b>		<b>С</b>	<b>737</b>	<b>25,51</b>	<b>31,57</b>	<b>102,17</b>	<b>800,81</b>
<b>Итого: ясли</b>		<b>Я</b>	<b>580</b>	<b>19,30</b>	<b>23,43</b>	<b>79,49</b>	<b>610,52</b>	
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	
	<b>Итого: сад</b>		<b>С</b>	<b>350</b>	<b>21,76</b>	<b>15,84</b>	<b>35,86</b>	<b>372,43</b>
	<b>Итого: ясли</b>		<b>Я</b>	<b>280</b>	<b>18,19</b>	<b>13,42</b>	<b>28,23</b>	<b>306,45</b>
<b>Всего за день: сад</b>		<b>С</b>	<b>1502</b>	<b>59,35</b>	<b>60,16</b>	<b>160,45</b>	<b>1466,07</b>	
<b>Всего за день: ясли</b>		<b>Я</b>	<b>1215</b>	<b>47,17</b>	<b>46,88</b>	<b>136,16</b>	<b>1159,87</b>	
<b>Стоимость дня я/с</b>			<b>135,98</b>	<b>161,30</b>				