"Утверждаю"
Заведующий МБДОУ
"Детский сад № 15 "Светлячок "
ст. Александрийской"
_____Е.Н.Полина
"30" июня 2025 г.

МЕНЮ

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Неделя 1							
1 день							
Завтрак:	Яйцо вареное	С	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00
		Я	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00
	Рагу из овощей	С	130	1,97	9,19	12,08	139,20
		Я	110	1,67	7,78	10,22	117,80
	Булочка «Ладушка» йодированная из муки в/с	С	24	2,75	0,55	26,80	139,00
		Я	24	2,75	0,55	26,80	139,00
	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 сахаром	С	200/11	0,07	0,02	11,10	44,40
		Я	180/10	0,06	0,02	9,99	40,00
	Итого: сад	**С**	**402**	**9,89**	**14,36**	**50,28**	**385,60**
	Итого: ясли	**Я**	**360**	**9,58**	**12,95**	**47,31**	**359,80**
2-завтрак:	Плоды 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	Суп картофельный с клецками	С	200	1,67	2,69	9,71	69,80
		Я	150	1,26	2,02	7,28	52,35
	Бигос (мясо отварной говядины, тушенное с капустой)	С	50/100	14,44	27,03	8,93	336,71
		Я	50/100	14,44	27,03	8,93	336,71
	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	35	2,66	0,28	17,22	82,25
		Я	20	1,52	0,16	9,84	47,00
	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**	**602**	**21,67**	**30,70**	**61,04**	**608,62**
	Итого: ясли	**Я**	**500**	**19,56**	**29,78**	**46,62**	**533,77**
Полдник	Кондитерские изделия (печенье)	С	50	3,75	4,90	37,20	208,50
		Я	30	2,25	2,94	22,32	125,10
	Какао с молоком 2,5 % (1 вариант)	С	180	3,67	3,19	15,82	107,00
		Я	150	3,15	2,72	12,96	89,00
	Итого: сад	**С**	**230**	**7,42**	**8,09**	**53,02**	**315,50**
	Итого: ясли	**Я**	**180**	**5,40**	**5,66**	**35,28**	**214,10**
	Всего за день: сад	**С**	**1234**	**38,98**	**53,15**	**164,34**	**1309,72**
	Всего за день: ясли	**Я**	**1040**	**34,54**	**48,39**	**129,21**	**1107,67**
	Стоимость дня я/с		**131,81**	**145,97**			