

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ «Д/с №16»
С. В. Гладенькова

Ежедневное меню основного питания для детей дошкольного возраста

3 день недели

28 мая 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда ясли	Вес блюда сад	Пищевые вещества на порцию						Энергетическая я ценность ясли	Энергетическая ценность сад	№ рецептуры
				Белки ясли	Белки сад	Жиры ясли	Жиры сад	Углеводы ясли	Углеводы сад			
Завтрак	Каша вязкая ячневая молочная	150,00	200,00	2,25	3,00	3,75	5,00	20,55	27,40	109,68	174,20	182
	Какао с молоком	150,00	180,00	2,76	3,32	2,35	2,83	11,20	14,03	89,16	101,52	43
Итого за завтрак	Бутерброд с маслом сливочным	28,00	30,00	1,37	1,47	4,22	4,53	8,18	8,77	76,16	81,60	1
		328,00	410,00	6,38	7,79	10,32	12,36	39,93	50,20	275,00	357,32	
Второй завтрак:	Йогурт 2,5%	120,00	150,00	2,74	5,15	3,20	4,01	7,00	8,70	67,62	90,00	2
Итого за второй завтрак		120,00	150,00	2,74	5,15	3,20	4,01	7,00	8,70	67,62	91,00	
	Обед	40,00	60,00	0,30	0,46	2,60	3,96	5,24	7,87	30,80	64,23	38
	Салат из вареной моркови и репчатого лука	150,00	180,00	1,13	1,36	1,70	2,92	8,57	10,28	49,65	104,50	80
	Суп картофельный с крупой	150,00	180,00	15,00	18,00	9,23	11,76	16,33	19,60	262,61	301,70	276
	Жаркое по-домашнему	150,00	180,00	0,10	0,12	0,00	0,00	11,06	13,28	77,60	90,54	431
	Компот из сушеных фруктов	40,00	50,00	1,44	1,80	0,36	0,45	12,48	15,60	59,40	74,25	148
Итого за обед		530,00	650,00	17,97	21,74	13,89	19,09	53,68	66,63	480,06	635,22	
	Уплотнённый й полдник	130,00	160,00	9,37	11,54	15,30	18,83	13,42	14,32	179,75	269,06	315
	Соус томатный	20,00	20,00	0,20	0,20	0,84	0,84	1,20	1,20	32,00	32,00	348
	Чай с сахаром	150,00		0,15		0,07		8,30		28,40		411
	Хлеб пшеничный	30,00	40,00	2,01	2,64	0,27	0,36	11,60	15,40	79,60	106,14	147
	Напиток с витаминами "Витгошка"		200,00		0,00		0,00		19,40		75,00	
Итого за уплотнённый полдник		330,00	420,00	11,73	14,38	16,48	20,03	34,52	50,32	319,75	482,20	
	Итого за день	1303,00	1710,00	41,47	50,30	45,57	55,32	153,14	186,00	1233,18	1625,74	