



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

Ежедневное меню основного питания для детей дошкольного возраста
2 день недели
3 июня 2025 г.

Присм пищи	Наименование блюда	Вес блюда ясли	Вес блюда сад	Пищевые вещества на порцию						Энергетическая ценность ясли	Энергетическая ценность сад	№ рецептуры
				Белки ясли	Белки сад	Жиры ясли	Жиры сад	Углеводы ясли	Углеводы сад			
Завтрак	Каша манная молочная	150,00	200,00	2,55	3,06	3,04	3,66	20,92	27,51	128,84	167,97	182
	Чай без сахара	180,00	200,00	0,15	0,18	0,07	0,09	8,30	9,90	2,52	2,80	410
Итого за завтрак	Хлеб пшеничный	40,00	50,00	2,64	3,35	0,36	0,45	15,40	19,34	39,80	39,80	147
	Яблоко свежее	370,00	450,00	5,34	6,59	3,47	4,20	44,62	56,75	171,16	364,60	
Итого за второй завтрак	Яблоко свежее	95,00	100,00	0,38	0,40	0,38	0,40	11,68	9,80	30,60	32,17	386
	Салат из свежих помидор с луком	95,00	100,00	0,38	0,40	0,38	0,40	11,68	9,80	30,60	32,17	
Обед	Суп картофельный с макаронными	40,00	60,00	1,42	3,70	2,48	3,72	1,88	4,58	31,64	47,46	45
	Плов из курицы	150,00	180,00	2,25	2,70	2,07	10,07	14,27	17,13	68,21	76,50	103
Итого за обед	Компот из сушеных фруктов	150,00	180,00	0,10	0,12	0,00	0,00	11,06	13,28	77,60	90,54	431
	Хлеб пшеничный	30,00	30,00	5,61	5,61	0,27	0,27	11,60	11,60	84,90	84,90	147
Углотительный полдник	Хлеб ржаной	30,00	45,00	1,08	1,62	0,26	0,40	12,48	13,64	44,54	66,82	148
	Итого за обед	550,00	675,00	19,36	24,42	17,08	31,11	76,37	113,57	539,91	647,22	
Итого за второй полдник	Фрикадельки рыбные в молочном соусе	60,00	80,00	2,16	2,88	4,36	7,05	6,16	7,54	111,00	132,67	
	Отварной картофель с маслом	120,00	150,00	1,28	1,60	3,00	5,40	16,58	18,32	123,42	164,30	136
Итого за третий полдник	Кофейный напиток с молоком	150,00	180,00	1,56	2,80	2,00	1,20	9,60	12,70	70,00	84,00	414
	Хлеб пшеничный	15,00	30,00	0,75	1,00	0,13	0,17	5,80	7,73	39,80	79,60	147
Итого за ужин	Итого за углотительный полдник	345,00	440,00	5,75	8,28	9,49	13,82	38,14	46,29	344,22	460,57	
	Итого за день	1360,00	1665,00	30,83	39,69	30,42	49,53	158,47	226,41	1085,89	1602,30	