

03 июнь 2025

Меню
Сад 3-7 года (новый СанПиН), День 7

Блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалории
Завтрак					
1. Каша рисовая молочная жидкая	180	5,603	9,153	17,794	178,163
2. Какао-напиток на молоке	180	4,71	5,29	13,777	123,467
3. Батон	50	3,585	1,37	24,9	131
4. Масло сливочное	5	0,024	3,94	0,048	35,724
Итого:	13,922	19,753	56,519	468,355	
Обед					
1. Суп крестьянский с курицей	180	4,37	7,759	8,371	129,228
2. Тефтели рыбные	70	10,91	4,601	5,921	111,664
3. Подлива томатная	30	0,757	1,631	4,492	35,837
4. Пюре картофельное	130	8,01	6,163	64,501	342,843
5. Отвар шиповника	180	0,16	0,07	10,224	42,82
6. Хлеб ржаной	45	2,726	0,492	14,927	77,766
Итого:	26,933	20,716	108,437	740,157	
Полдник					
1. Запеканка творожная	80	10,081	6,665	12,715	152,095
2. Соус молочный сладкий	30	1,247	1,003	7,168	43,058
3. Чай с сахаром	200	0,099	0	8,019	32,694
Итого:	11,427	7,668	27,902	227,846	
Итого за день:	52,283	48,136	192,858	1436,357	

Утверждаю
заведующий МКДОУ: д/с №2 общеразвивающего вида
Афанасьева С.В.
03 июнь 2025

Меню
Ясли 1-3 года (новый СанПиН), День 7

Блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалории
Завтрак					
1. Каша рисовая молочная жидкая	150	4,051	6,763	13,703	133,495
2. Какао-напиток на молоке	150	4,009	4,504	11,622	104,693
3. Батон	30	2,151	0,822	14,94	78,6
4. Масло сливочное	5	0,024	3,94	0,048	35,724
Итого:	10,235	16,029	40,313	352,512	
Обед					
1. Суп крестьянский с курицей	150	4,574	5,345	15,222	133,842
2. Тефтели рыбные	60	5,566	4,301	5,896	87,385
3. Подлива томатная	30	0,723	1,62	4,346	34,889
4. Пюре картофельное	110	6,722	4,893	55,057	288,806
5. Отвар шиповника	150	0,144	0,063	7,006	29,76
6. Хлеб ржаной	36	2,181	0,393	11,942	62,212
Итого:	19,91	16,615	99,468	636,895	
Полдник					
1. Запеканка творожная	70	6,889	5,263	6,845	103,326
2. Соус молочный сладкий	20	0,472	0,222	5,339	25,325
3. Чай с сахаром	170	0,088	0	7,017	28,618
Итого:	7,449	5,485	19,201	157,269	
Итого за день:	37,594	38,13	158,982	1146,676	