

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

Меню
Сад 3-7 года (новый СанПиН), День 2

Блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалории
Завтрак					
1. Каша молочная "Дружба"	180	5,295	7,006	23,462	178,06
2. Какао-напиток на молоке	180	3,491	3,67	11,572	93,274
3. Батон	51	3,725	1,424	25,873	136,117
4. Масло сливочное	5	0,021	3,533	0,043	32,037
Итого:	12,533	15,634	60,95	439,487	
Обед					
1. Свекольник на к/б со сметаной	180	2,754	6,241	19,702	146,303
2. Печень по-строгановски	80	14,127	10,205	9,173	185,439
3. Пюре картофельное	130	3,249	5,236	17,976	132,001
4. Отвар шиповника	180	0,16	0,07	10,224	42,82
5. Хлеб ржаной	46	2,859	0,516	15,656	81,563
Итого:	23,15	22,267	72,731	588,125	
Полдник					
1. Пудинг из творога	70	14	8,632	14,289	192,945
2. Кисель	180	0,102	0	24,975	103,704
Итого:	14,102	8,632	39,264	296,649	
Итого за день:	49,785	46,534	172,945	1324,262	

Меню
Ясли 1-3 года (новый СанПиН), День 2

Блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалории
Завтрак					
1. Каша молочная "Дружба"	150	4,453	5,685	19,2	145,753
2. Какао-напиток на молоке	150	3,206	3,376	10,125	83,696
3. Батон	41	2,98	1,139	20,698	108,895
4. Масло сливочное	5	0,021	3,533	0,043	32,037
Итого:	10,66	13,733	50,067	370,381	
Обед					
1. Свекольник на к/б со сметаной	150	2,274	4,645	16,583	117,471
2. Печень по-строгановски	60	12,25	6,926	7,551	141,833
3. Пюре картофельное	110	2,893	4,24	16,761	116,756
4. Отвар шиповника	150	0,144	0,063	7,006	29,76
5. Хлеб ржаной	37	2,288	0,413	12,525	65,25
Итого:	19,848	16,287	60,426	471,07	
Полдник					
1. Пудинг из творога	60	12,046	7,9	10,837	164,734
2. Кисель	150	0,081	0	20,379	84,56
Итого:	12,127	7,9	31,216	249,294	
Итого за день:	42,635	37,92	141,709	1090,745	