

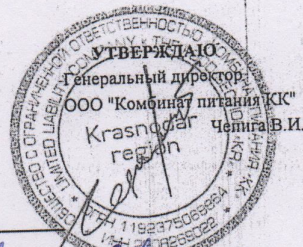


СОГЛАСОВАНО
Заведующий Д/С
МБДОУ Д/С № 10

МЕНЮ

Возрастная категория: дети 3-7 лет

Месяц 11 число 17 2025 года



Прием пищи	Наименование блюда	Вес порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
ДЕНЬ 6 ЗАВТРАК	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5	5,1	27,2	126,4	199
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	3,2	12,5	99,2	416
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	1,4	4,3	18	106	1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	415	9,7	12,6	57,7	331,6	
II ЗАВТРАК	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПО СЕЗОНУ)	100	0,45	0,42	10,5	72,6	400
ИТОГО ЗА II ЗАВТРАК		100	0,45	0,42	10,5	72,6	
ОБЕД	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (СОЛЕННЫЕ)	60	0,5	0,1	0,9	6	71
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180	1,7	3,8	8,2	74,3	63
	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	21,8	23	23,2	376,1	702
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	180	0,9	0,2	18,2	82,8	418
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,9	0,2	12	45,7	ПРОМ
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,1	0,4	13,8	48	ПРОМ
	ИТОГО ЗА ОБЕД	670	26,9	27,7	76,3	632,9	
ПОЛДНИК	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50	0,8	1,2	42,3	177	
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	4,1	3,9	8,7	93,5	419
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	4,9	5,1	51	270,5	
УЖИН	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	150	3,2	6,6	27,6	175,9	446
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	9,8	6,4	15	178,1	171
	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	200	0	0	4,9	20,9	264
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,7	0,2	9,2	32	ПРОМ
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,9	0,2	12	45,7	ПРОМ
	ИТОГО ЗА УЖИН	470	14,6	13,4	68,7	452,6	

Зав.производством

С.В. Сидорова