

Утверждаю:

Директор МАДОУ ЦРР – д/с

МЕНЮ

на 20.03.2025г.

Возрастная категория: 2-3 года; 3 – 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 12 часов



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность (ККАЛ)	
		ясли	сад	ясли	сад
1 Завтрак					
	Суп молочный ячневый	130	155	83,2	99,2
	Кофейный напиток	150	180	86,8	92
	Батон с повидлом	25	30	78,8	106
	Повидло	10	15	78,8	106
	Яйцо отварное	20	40		
Итого		335	420	280,2	360
2 Завтрак	Фрукт Яблоко	100	100	70,2	90
Итого 2 Завтрак		100	130	70,2	90
Итого		435	525	350,4	450
ОБЕД	Помидор свежий	30	40	6,9	0,55
	Щи со сметаной	150	200	72,87	95,19
	Гуляш из говядины	50	70	103	144,2
	Каша гречневая	110	130	143,42	168,64
	Лимонный напиток	150	180	69,79	75,48
	Хлеб пшеничный	10	20	26,2	52,4
	Хлеб дарницкий	23	30	41,63	54,3
	Хлеб прибрежный	10	15	26,2	39,3
Итого Обед		533	685	490,01	630,06
Уплотненный полдник	Салат из свежих огурцов	30	40	41,05	61,5
	Биточки рыбные	50	50	86,45	99,75
	Рис отварной с томатной подливой	100/20	110/30	152,45	167,72
	Отвар шиповника	150	180	19,8	22
	Хлеб дарницкий	10	15	18,1	27,15
	Хлеб пшеничный	10	15	26,2	39,3
	Зефир	25	25	304	304
Итого Уплотненный полдник		395	465	728,5	844,42
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1363	1670	1564,46	1924,48

Шеф повар Кичук Л.В.

Зиновьева Л.Г.