

Дата 28.04.2025 Меню

УТВЕРЖДАЮ
МАОУ д/с № 7 «Колокольчик»
З.В. Баштовенко
Возрастная категория от 3 до 7 лет

10 день	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, Ккал
Завтрак					
Суп молочный с макаронными изделиями	250	6,2	8,5	24,0	216,0
Батон	40	7,7	6,3	26,3	79,0
Масло сливочное	10	0,3	9,2	0,3	74,8
Сыр	11	2,5	3,2	0,0	36,4
Какао с молоком	200	6,5	5,8	19,7	149,6
Итого	511	23,2	33,0	70,3	555,8
2й Завтрак					
Фрукты	100,0	0,0	0,0	9,3	45,0
Итого	100	0,0	0,0	9,3	45,0
Обед					
Борщ со сметаной	250/10	3,8	6,6	18,7	156,2
Мясо тушёное с гречкой	200	8,5	10,5	20,0	137,3
Кукуруза консервированная	60	2,5	1,2	13,4	63,0
Компот из сухофруктов/ВС.0,5	200/0,5	0,0	0,0	14,7	59,1
Хлеб ржаной	50	3	0,7	22,4	98,2
Итого	760	17,8	19,0	89,2	513,8
Уплотнённый полдник					
Суфле из печени	80	5,5	5,5	11,2	115,4
Икра кабачковая	150	6,5	10,0	30,4	256,0
Чай с сахаром	200	0,4	0,2	12,8	50,0
Лимон	10	0,0	0,0	1,3	3,0
Хлеб пшеничный	40	2,4	0,3	14,6	73,0
Итого	480	14,8	16,0	70,3	497,4
Ужин					
Сок	120	0,0	0,0	7,0	87,0
Рогалик	70	5,4	5,2	38,5	268,2
Итого	190,0	5,4	5,2	45,5	355,2
Итого за день	2041	61,2	73,2	284,6	1967,2
Соль йодированная	4,00				

Меню

УТВЕРЖДАЮ
МАДОУ д/с № 7 «Колокольчик»
З.В. Баштовенко

Возрастная категория от 1 до 3 лет

10 день	Выход , г	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ,Ккал
Завтрак					
Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,3	7,5	22,1	205,0
Батон	30	2,0	1,8	15,3	79,0
Масло сливочное	5	0,0	4,1	0,0	37,0
Сыр	8	1,9	2,4	0,0	29,0
Какао с молоком	180	4,2	4,8	12,1	134,9
Итого	423	13,4	20,6	49,5	484,9
2й Завтрак					
Фрукты	100	0,0	0,0	9,3	45,0
Итого	100	0,0	0,0	9,3	45,0
Обед					
Борщ со сметаной	200/8	2,0	5,6	9,61	152,3
Мясо тушёное с гречкой	160	3,2	7,2	14,0	100,3
Кукуруза консервированная	50	2,0	0,6	11,4	60,0
Компот из сухофруктов/ВС.0,5	180/0,5	0,0	0,0	13,8	55,1
Хлеб ржаной	40	2,6	0,7	13,7	66,0
Итого	630	9,8	14,1	63,0	433,7
Уплотнённый полдник					
Суфле из печени	80	5,5	5,5	11,2	115,4
Икра кабачковая	120	6,2	10,0	30,4	256,0
Чай с сахаром	180	0,4	0,2	12,8	50,0
Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,6	73,0
Итого	410	14,7	16,0	59,0	494,4
Ужин					
Сок	120	0,0	0,0	7,0	87,0
Рогалик	70	5,4	5,2	38,5	268,2
Итого	190	5,4	5,2	45,5	355,2
Итого за день	1753	43,3	55,9	226,3	1813,2
Соль йодированная	4,00				