

Дата 16.10.2025г.

Меню

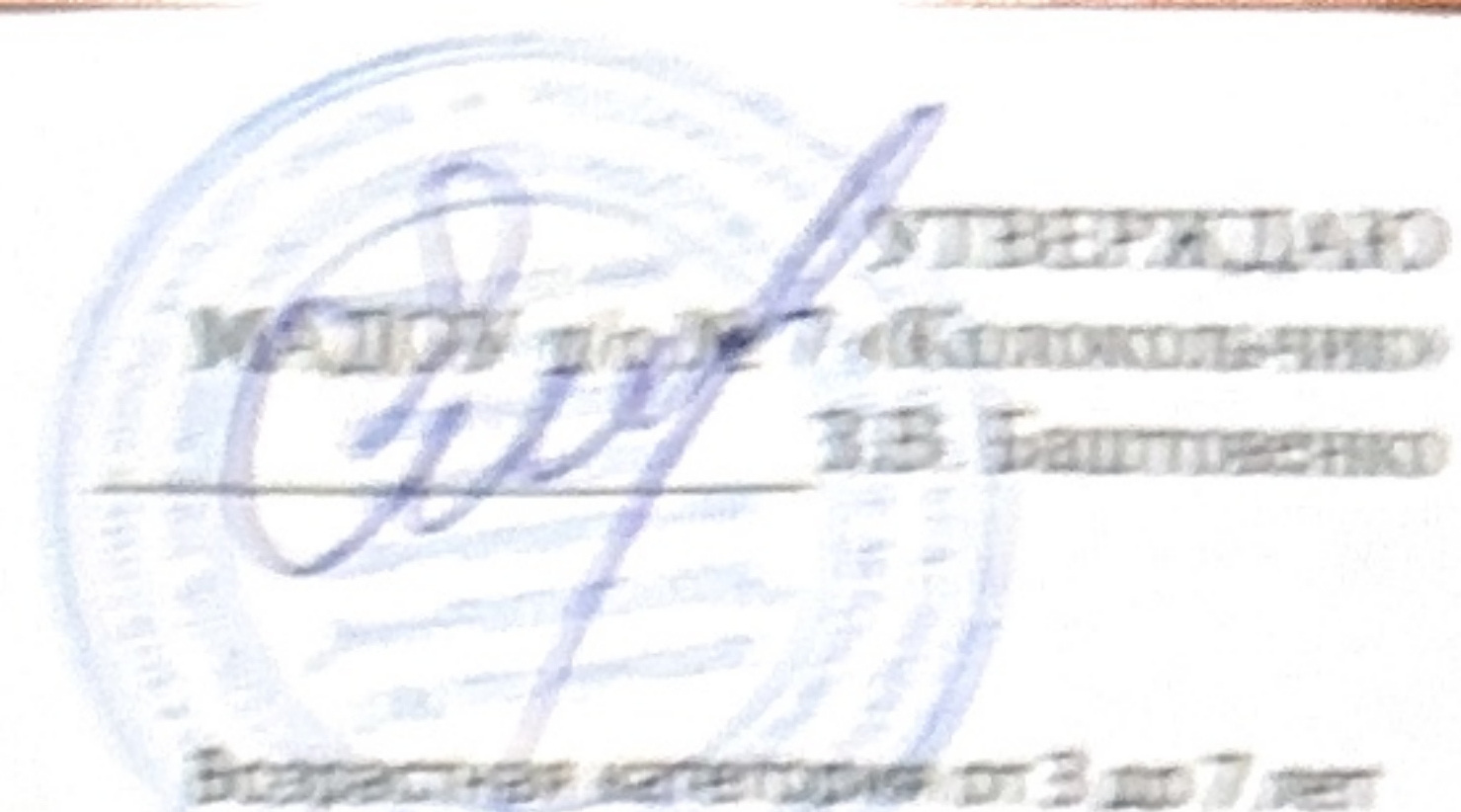
УТВЕРЖДАЮ
 МАДОУ д/с № 7 «Колокольчик»
 З.В. Баштовенко

Возрастная категория от 1 до 3 лет

6 день	Выход , г	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ,Ккал
Завтрак					
Каша молочная геркулесовая	200	3,0	4,0	15,7	105,0
Батон	30	2,0	1,8	15,3	79,0
Масло сливочное	5	0,0	4,1	0,0	37,0
Какао с молоком	180	4,2	4,8	12,1	134,9
Итого	423	14,2	17,1	43,1	384,9
2й Завтрак					
Фрукты - яблоки	100	0,0	0,0	9,3	45,0
Итого	100	0,0	0,0	9,3	45,0
Обед					
Суп полевой	200/8	2,8	5,6	10,0	142,0
Слойка капустная с мясом	160	11,2	8,6	1,5	186,0
Овощи свежие					
Компот из фруктов	180/0,5	0,0	0,0	13,8	55,1
Хлеб ржаной, пшеничный	40	2,6	0,7	13,7	66,0
Итого	580	16,6	14,9	39,0	449,1
Уплотнённый полдник					
Плов Бухарский	180	7,5	10,3	41,4	191,0
Чай с сахаром	180	0,4	0,2	12,8	50,0
Хлеб пшеничный	40	2,4	0,3	14,6	73,0
Итого	400	10,3	10,7	68,8	314,0
Ужин					
Сок	120	0,0	0,0	7,0	87,0
Булочка	60	4,9	4,3	33,2	247,8
Итого	180	4,9	4,3	40,2	334,8
Итого за день	1683	46,0	47,0	200,4	1527,8
Соль йодированная	4,00				

Дата 16.10.2025г.

Меню



6 день	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, Ккал
Завтрак					
Каша молочная геркулесовая	250	8,6	8,1	27,9	239,8
Батон	40	7,7	6,3	46,3	149,6
Масло сливочное	10	0,3	9,2	0,3	74,8
Какао с молоком	200	6,5	5,8	19,7	149,6
Итого	511	26,2	32,4	94,2	630,0
2й Завтрак					
Фрукты - яблоки	100,0	0,0	0,0	9,3	45,0
Итого	100	0,0	0,0	9,3	45,0
Обед					
Суп полевой	250/8	4,1	6,8	24,3	179,1
Слойка капустная с мясом, овощи свежие	200	13,5	10,7	1,5	206,0
Компот из фруктов	200/0,5	0,0	0,0	14,7	59,1
Хлеб ржаной, пшеничный	50	2,6	0,7	13,7	66,0
Итого	700	20,2	18,2	54,2	510,2
Уплотнённый полдник					
Плов бухарский	200	7,5	10,3	41,4	191,0
Чай с сахаром	200	0,4	0,2	12,8	50,0
Хлеб пшеничный	40	2,4	0,3	14,6	73,0
Итого	450	10,3	10,8	70,1	317,0
Ужин					
Сок	120	0,0	0,0	7,0	87,0
Булочка	60	4,9	4,3	33,2	247,8
Итого	180	4,9	4,3	40,2	334,8
Итого за день	1941	61,6	65,7	268,0	1837,0
Соль йодированная	4,00				

УТВЕРЖДАЮ
МДОУ д/с № 7 «Колокольчик»