

«Утверждаю»  
 МАДОУ № 6 «Светлячок»  
 Заведующий \_\_\_\_\_ О.С.Волкова

Дата: 10 марта 2025 год

**МЕНЮ**

Прием пищи	Наименование блюда		Вес блюда	Пищевые вещества			
				Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ
Завтрак	Каша манная молочная	ясли	135	3.89	2.11	18.46	107.90
		сад	160	4.58	2.5	22.11	127.89
	Батон с маслом	ясли	30/5	1.41	6.26	19.25	165.15
		сад	40/5	2.52	9.25	21.97	198.6
	Чай с молоком	ясли	180	1.40	1.43	1.96	29.17
		сад	200	1.55	1.58	2.17	36.46
Второй завтрак:	Сок фруктовый	ясли	150	0.75	0.15	15.15	73.93
		сад	180	0.9	0.18	18.18	88.71
Обед	Томаты в собственном соку	ясли	30	0.24	0.03	0.51	3.90
		сад	50	0.35	0.05	0.95	5.5
	Суп с фрикадельками мясными	ясли	170/20	2.14	5.53	6.38	98.00
		сад	200/20	3.77	8.13	8.24	103.2
	Колета куриная	ясли	50	7.64	7.97	7.10	160.70
		сад	70	10.69	11.16	9.94	182.99
	Каша гречневая рассыпчатая	ясли	110	6.03	4.60	26.35	144.00
		сад	130	7.13	5.44	31.14	170.18
	Хлеб ржаной	ясли	40	2.64	0.44	16.40	80.00
		сад	50	3.3	0.55	20.5	100
	Хлеб пшеничный	ясли	30	2.28	0.24	14.76	70.50
		сад	40	3.04	0.32	19.68	94
Компот из плодов сушеных	ясли	180	0.49	0.07	20.41	84.18	
	сад	180	0.49	0.07	20.41	84.18	
Уплотненный полдник	Макароны отварные с сыром	ясли	150/10	9.32	18.53	37.32	326.00
		сад	180/12	14.02	20.62	53.97	468.00
	Чай с сахаром	ясли	180	0.02	0.01	6.32	29.14
		сад	200	0.04	0.01	7.58	32.6
	Кондитерское изделие	ясли	10	0.56	0.28	7.82	36.00
		сад	30	1.68	0.84	23.47	108