

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

Дата: 13 марта 2025 год

МЕНЮ

Прием пищи	Наименование блюда		Вес блюда	Пищевые вещества			
				Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ
Завтрак	макаронными изделиями	ясли	135	3.71	3.06	11.93	113.09
		сад	160	4.39	3.63	14.14	134.03
	Бутерброд с маслом и повидлом	ясли	30/5/10	1.33	5.12	23.15	136.70
		сад	40/5/12	2.33	8.12	30.55	155.7
	Чай с молоком	ясли	180	1.40	1.43	1.96	32.81
		сад	200	1.55	1.58	2.17	36.46
Второй завтрак:	Сок фруктовый	ясли	150	0.75	0.15	15.15	69
		сад	180	0.9	0.18	18.18	82.8
Обед	Салат из вареной моркови и зеленого горошка	ясли	30	0.57	0.17	5.18	25.50
		сад	60	1.7	1.97	7.18	51.5
	Свекольник с яйцом со сметаной	ясли	170/20/8	12.53	2.54	4.97	167.54
		сад	200/20/10	13.99	4.93	8.66	228.2
	Тефтели мясные	ясли	50	6.55	8.96	6.37	82.50
		сад	70	9.18	12.55	8.92	132
	Капуста тушеная	ясли	110	0.30	0.04	11.01	55.12
		сад	130	0.36	0.05	14.74	65.14
	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	Блины со сгущенным молоком	ясли	150	6.32	22.62	41.97	370.00
		сад	160	13.02	27.62	71.97	520.00
	Кисель ягодный (черная смородина)	ясли	180	0.11	0.01	14.72	63.6
		сад	200	0.12	0.01	16.36	76.67
	фрукт	ясли	100	0.4	0.4	9.8	47
		сад	100	0.4	0.4	9.8	47