

«Утверждаю»

МАДОУ № 6 «Светлячок»

Заведующий _____ О.С.Волкова

Дата: 14 марта 2025 год

МЕНЮ

Прием пищи	Наименование блюда		Вес блюда	Пищевые вещества			
				Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ
Завтрак	Каша гречневая молочная	ясли	135	5.84	2.47	24.10	127.25
		сад	160	6.92	2.92	28.57	150.82
	Батон с маслом	ясли	30/5	4.41	6.26	19.25	165.15
		сад	40/5	5.52	9.25	21.97	198.6
	Кофейный напиток с молоком	ясли	180	1.95	1.99	10.84	103.65
		сад	200	2.17	2.22	12.04	115.16
Второй завтрак: Обед	Кисломолочный продукт	ясли	150	4.35	3.75	6	113.57
		сад	180	5.22	4.5	7.2	136.29
	Салат из свеклы с курагой и изюмом	ясли	30	0.70	2.28	2.31	26.60
		сад	60	1.14	4.56	4.62	71.4
	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	ясли	170/10	2.31	6.83	9.16	134.00
		сад	200/10	4.78	7.71	15.65	232.13
	Котлета куриная	ясли	50	7.64	7.97	7.10	81.69
		сад	70	10.69	11.16	9.64	114.37
	Макаронные изделия отварные	ясли	110	1.74	7.33	44.13	193.32
		сад	130	2.65	9.14	63.13	213.44
	Хлеб ржаной	ясли	20	1.32	0.22	8.20	40.00
		сад	30	1.98	0.33	12.3	60
	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	Биточки рыбные	ясли	50	6.13	4.69	7.10	95.00
		сад	80	9.81	7.51	11.36	152.00
	Картофельное пюре	ясли	110	2.25	3.14	14.71	104.50
		сад	130	2.65	3.72	17.39	123.50
	Чай с сахаром	ясли	180	0.04	0.01	6.82	29.34
		сад	200	0.04	0.01	7.58	32.6
	Хлеб ржаной	ясли	20	1.32	0.22	8.20	40.00
		сад	20	1.32	0.22	8.20	40.00