

«Утверждаю»

МАДОУ № 6 «Светлячок»

Заведующий _____ О.С.Волкова

Дата: 19 марта 2025 год

МЕНЮ

Прием пищи	Наименование блюда		Вес блюда	Пищевые вещества			
				Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ
Завтрак	Каша молочная рисовая	ясли	135	3.54	1.56	24.56	126.36
		сад	160	4.20	1.85	29.11	149.76
	Батон с маслом	ясли	30/5	1.41	6.26	19.25	165.15
		сад	40/5	2.52	9.25	21.97	198.60
	Какао с молоком	ясли	180	2.46	1.86	11.94	64.00
		сад	200	2.73	2.07	13.27	71.11
Второй завтрак	Фрукты свежие	ясли	100	0.40	0.40	9.80	47.00
		сад	100	0.40	0.40	9.80	47.00
Обед	Помидор свежий порционно	ясли	30	0.26	2.84	0.84	29.90
		сад	60	0.52	5.69	1.68	59.80
	Щи из капусты со сметаной	ясли	170/10	1.59	5.82	5.92	119.30
		сад	200/10	2.50	7.41	7.20	149.74
	Печень говяжья по-строгановски	ясли	50	7.17	7.03	6.52	105.07
		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	2.30	0.44	16.40	80.00
		сад	50	3.30	0.55	20.50	100.00
	Хлеб пшеничный	ясли	30	2.28	0.24	14.76	70.50
		сад	40	3.04	0.32	19.68	94.00
Уплотненный полдник	Запеканка из макарон с творогом с повидлом	ясли	150	9.42	15.36	25.12	269.00
		сад	160	15.59	16.92	45.12	363.00
	Чай с сахаром	ясли	180	0.03	0.01	6.82	29.34
		сад	200	0.04	0.01	7.58	32.60
	Кондитерское изделие	ясли	20	1.12	0.56	15.64	72.00
		сад	40	2.24	1.12	31.29	144.00