

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

Дата: 22 апреля 2025 год

**МЕНЮ**

Прием пищи	Наименование блюда		Вес блюда	Пищевые вещества			
				Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ
Завтрак	Каша ячневая молочная жидкая	ясли	135	4.38	2.21	21.41	105.40
		сад	160	5.19	2.62	25.37	124.91
	Бутерброд с маслом и сыром	ясли	30/5/10	1.36	3.84	19.30	148.30
		сад	40/5/12	2.52	9.25	23.97	198.6
	Какао с молоком	ясли	180	2.46	1.86	11.94	76.80
		сад	200	2.73	2.07	13.27	85.33
Второй завтрак:	Кисломолочный продукт	ясли	100	4.86	5.40	7.92	132.55
		сад	150	6.9	7.18	10.18	143.42
Обед	Салат из свеклы с черносливом	ясли	30	0.44	2.38	1.97	31.00
		сад	60	0.87	4.76	3.93	62
	Суп картофельный с бобовыми с курицей	ясли	170/10	1.32	4.31	11.32	114.53
		сад	200/10	2.39	6.16	19.37	138
	Плов из мяса	ясли	150	11.55	11.43	30.01	269.18
		сад	160	12.32	12.2	32.01	287.13
	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 свежих яблок	ясли	180	0.13	0.13	14.1	58.2	
	сад	180	0.13	0.13	14.1	58.2	
Углотенный полдник	Рагу овощное с курицей	ясли	150	15.33	15.65	11.83	158.33
		сад	180	22.08	16.90	25.56	242.00
	Чай с сахаром	ясли	180	0.02	0.01	6.32	29.14
		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
	Ватрушка с творогом	ясли	60	1.36	5.24	50.69	134.25
		сад	60	1.36	5.24	50.69	134.25