

«Утверждаю»

МАДОУ № 6 «Светлячок»

Заведующий _____ О.С.Волкова

Дата: 28 апреля 2025 год

МЕНЮ

| Прием пищи | Наименование блюда | | Вес блюда | Пищевые вещества | | | |
|------------------------|-------------------------------------------|------|-----------|------------------|-------|----------|--------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | ЭЦ |
| Завтрак | Каша жидкая из овсяных хлопьев «Геркулес» | ясли | 135 | 4.32 | 2.67 | 16.66 | 92.00 |
| | | сад | 160 | 5.12 | 3.16 | 19.75 | 109.04 |
| | Батон с маслом | ясли | 30/5 | 4.41 | 6.26 | 19.25 | 145.15 |
| | | сад | 40/5 | 5.33 | 8.12 | 30.55 | 155.7 |
| | Напиток кофейный с молоком | ясли | 180 | 1.95 | 1.99 | 10.84 | 69.10 |
| | | сад | 200 | 2.17 | 2.22 | 12.04 | 76.77 |
| Второй завтрак: | Сок фруктовый | ясли | 100 | 0.50 | 0.10 | 10.10 | 49.29 |
| | | сад | 150 | 0.75 | 0.15 | 15.15 | 73.93 |
| Обед | Огурец соленый порциями | ясли | 30 | 0.24 | 0.03 | 0.51 | 3.90 |
| | | сад | 60 | 0.48 | 0.06 | 1.02 | 7.8 |
| | Суп картофельный с рыбными фрикадельками | ясли | 170/20 | 3.49 | 1.26 | 21.97 | 184.17 |
| | | сад | 200/20 | 5.49 | 2.26 | 22.97 | 225.17 |
| | Гуляш куриный | ясли | 50 | 7.38 | 8.95 | 1.66 | 116.68 |
| | | сад | 70 | 10.34 | 12.53 | 2.32 | 163.35 |
| | Рис отварной | ясли | 110 | 2.61 | 2.80 | 26.49 | 133.00 |
| | | сад | 130 | 3.09 | 3.31 | 31.31 | 157.18 |
| | 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 | 14.10 | 58.20 | |
| | сад | 180 | 0.13 | 0.13 | 14.1 | 58.2 | |
| Уплотненный полдник | Омлет запеченный с сыром | ясли | 150 | 11.55 | 21.63 | 26.83 | 276.14 |
| | | сад | 170 | 15.55 | 26.63 | 30.83 | 397.14 |
| | Хлеб ржаной | ясли | 20 | 1.32 | 0.22 | 8.20 | 40.00 |
| | | сад | 20 | 1.32 | 0.22 | 8.20 | 40.00 |
| | Напиток из шиповника | ясли | 180 | 0.58 | 0.24 | 15.54 | 66.62 |
| | | сад | 200 | 0.64 | 0.27 | 17.27 | 74.03 |
| Кондитерское изделие | ясли | 10 | 0.56 | 0.28 | 7.82 | 36.00 | |
| | сад | 30 | 1.68 | 0.84 | 23.47 | 108 | |