

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

Дата: 4 апреля 2025 год

**МЕНЮ**

Прием пищи	Наименование блюда		Вес блюда	Пищевые вещества			
				Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ
Завтрак	Каша пшеничная молочная	ясли	135	4.74	2.13	22.63	127.61
		сад	160	5.62	2.53	26.82	151.24
	Батон с маслом	ясли	30/5	1.41	6.26	19.25	165.15
		сад	40/5	2.52	9.25	21.97	198.6
	Какао с молоком	ясли	180	2.46	1.89	11.94	64.00
		сад	200	2.73	2.07	13.27	71.11
Второй завтрак:	Фрукт свежий	ясли	100	0.40	0.40	9.80	47.00
		сад	100	0.40	0.40	9.80	47.00
Обед	Кукуруза консервированная	ясли	30	0.25	1.47	2.18	22.95
		сад	60	0.49	2.95	4.35	45.89
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	ясли	170/10	4.55	11.21	45.33	224.44
		сад	200/10	4.55	13.21	45.33	268.44
	Жаркое по-домашнему	ясли	150	14.69	14.01	16.85	235.36
		сад	160	15.67	14.94	17.97	267.79
	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 смеси фруктов	ясли	180	0.21	0.08	17.83	72.84	
	сад	180	0.21	0.08	17.83	72.84	
Углотенный полдник	Тефтели рыбные	ясли	50	6.13	4.69	7.10	95.00
		сад	70	8.59	6.57	9.94	147.78
	Рис отварной	ясли	110	2.61	2.80	26.49	133.00
		сад	130	3.09	3.31	34.44	172.90
	Чай с сахаром	ясли	180	0.03	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	