

Менюготавливаемых блюд, 12.03.2025г.

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет / от 3 до 7 лет

Сезон: ВЕСНА с 01.03.2025

У Т В Е Р Ж Д А Ю:

Директор МАДОУ «Детский сад № 36» г. Сыктывкара

Прокушева Е.В., приказ 25.02.2025 № 89

День третий, неделя вторая							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша пшеничная вязкая	130	5	4	24	156	223
		150	6	5	28	180	
	Кофейный напиток с молоком	150	2	2	10	66	465
		180	3	2	12	79	
	Батон с маслом	30/5	2	5	15	111	576/79
		40/5	3	5	21	137	
Итого за завтрак			9	11	49	333	
			12	12	61	396	
Завтрак второй	Молоко	200	6	6	10	107	501
		250	8	8	13	134	
Итого за завтрак второй			6	6	10	107	
			8	8	13	134	
Обед	Салат из квашеной капусты с луком	70	1	4	6	66	9
		120	2	7	10	113	
	Свекольник со сметаной	200/5	2	5	8	90	98/433
		250/5	2	6	10	112	
	Картофель отварной с луком	150	5	3	15	107	153
		200	7	4	20	143	
	Котлеты из говядины	50	9	6	8	122	339
		70	12	8	10	170	
	Компот из смеси сухофруктов	180			18	76	495
		200			20	84	
	Хлеб ржаной	40	3	1	16	82	574
		50	4	1	20	103	
Итого за обед			19	19	71	543	
			26	26	91	725	
Уплот- ненный полдни- к	Овощи в молочном соусе	200	5	9	15	201	175
		250	6	11	19	251	
	Яйцо вареное	20	3	3		32	267
		40	6	6		64	
	Булочка домашняя	50	4	7	28	189	542
		80	6	9	37	252	
	Чай с молоком	180	1		10	57	460
		200	2	1	12	64	
	Фрукты	95			10	44	82
		100			10	44	
Итого за уплотненный полдник			14	19	63	523	
			21	28	78	549	
Итого за день	Ясли:		48	55	193	1506	
	Сад:		67	74	243	1804	