

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ
д/с №12 «Сказка»
_____ О.А. Толстошина

МЕНЮ-САД
на 23 мая 2025 г.

Прием пищи День 5	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК	Суп молочный вермишелевый	150	4,31	3,91	14,1	108
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,8	107
	Батон йодированный с маслом крестьянским	20\5	1.61	4.3	9.7	84
Второй завтрак	Сок яблочный	100	0.5		10,1	44
Итого за завтрак		455	9,59	11,4	39,6	299
ОБЕД	Борщ картофелем со сметаной	180\10	2.0	1.6	18.9	145,7
	Каша перловая с маслом	130	6,3	14,1	40,9	122,4
	Мясо тушеное (говядина)	50/50	3,8	3,6	27,4	159
	Компот из сухофруктов	180	0.3	- 0,01	24	101
	Хлеб пшеничный\ржаной	50	3.3	0.6	16.7	87
		30	4,1	1.2	14.49	71
Итого за обед		680	18	21	125	720
ПОЛДНИК	котлета рыбная	80	7,8	4,2	11,8	142
	Овощное рагу	130	2.,2	3,8	10.	116
	Кофейный напиток	200	0,05	0,4	9,99	40
	Хлеб пшеничный	8	4.4	3.3	6.3	29
Итого за полдник		408	14,4	11,3 0	38.	327
УЖИН	Кефир 2,5%	100	2,9	2,5	4	50
Итого за ужин		125	8	6	22	211
Итого за день		1678	54	60	275	1834

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ
д/с №12 «Сказка»
_____ О.А. Толстошеина

МЕНЮ-ЯСЛИ
на 23 мая 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК	Суп молочный вермишелевый	150	3,41	6,02	26,6	171
	Какао с молоком	175	2,81	2,88	16,8	105
	Батон йодированный с маслом крестьянским	20\5	1,61	4,33	9,7	84,16
Второй завтрак	Сок яблочный	100	0,5		10,1	44
Итого за завтрак		450	13,5	13,2	53,10	360
ОБЕД	Борщ картофелем со сметаной	150\5	1,8	1,4	15	135
	Каша перловая с маслом	110	1,6	4,2	7,6	60
	Биточки из говядины	60	10,8	8,25	11,25	170
	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,015	20,7	84,7
	Хлеб пшеничный\ржаной	40	1,5	0,2	9,6	47,3
		20	2,64	0,3	17	81,6
Итого за обед		535	18,7	14,35	69	588,7
ПОЛДНИК	Котлета рыбная	70	7,8	4,2	11,8	142
	Овощное рагу	110	2,2	3,8	10.	116
	Кофейный напиток	180	0,05	0,4	9,99	40
	Хлеб пшеничный	8	4,4	3,3	6,3	29
Итого за полдник		368	14,4	11,30	38.	327
УЖИН	Кефир 2,5%	100	2,9	2,5	4	50
Итого за ужин		100	5,8	6,2	33	211
Итого за день		1478	50	43	176	1530,7