

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ «Ивановский
 детский сад»
 В.П. Батяева
 2025г.

Меню на 14.01.2025г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 7		с 1- 3/ 3-7	с 1- 3/ 3-7	с 1- 3/ 3-7	с 1- 3/ 3-7	с 1- 3/ 3-7	
Завтрак	Каша гречневая молочная	130/150	9,47/10,93	14,25/16,44	20,60/28,85	177,44/204,74	16,69/19,26
	Хлеб с маслом и сыром	30/7/11-40/10/15	5,62/6,49	11,20/12,92	16,85/19,44	22,88/26,4	20,93/27,92
	Кофейный напиток с молоком	150/180	2,44/2,03	2,18/1,82	12,07/10,06	75,56/62,97	14,01/16,69
Всего за завтрак		350/400	9,81/12,19	15,91/19,37	53,6/65,39	403,33/492,31	51,63/63,87
II завтрак	Бананы	95/100	1,42/1,5	0,47/0,5	19,95/21	91,2/96	20,16/21,12
Всего за II завтрак		95/100	1,42/1,5	0,47/0,5	19,95/21	91,2/96	20,16/21,12
Обед	Салат «Полоньский»	30/50	0,36/0,63	3,03/5,05	1,32/2,2	34,02/56,7	4,74/7,91
	Рассольник на мясном бульоне со сметаной	150/180	8/9,59	6,28/7,53	14,3/17,16	149,82/179,78	13,74/16,49
	Картофельное пюре	110/130	2,62/3,09	3,55/4,2	16,6/19,61	108,02/127,66	13,28/15,61
	Котлеты рыбные	60/70	8,4/11,2	1,7/2,3	5,1/6,8	68,6/91,5	13,77/23,72
	Компот из смеси сухофруктов	150/200	0,4/0,5	0/0	14,9/19,8	60,8/81	3,5/4,68
	Хлеб пшеничный	20/30	1,07/1,60	0,19/0,28	4,47/6,70	24/36	1,5/2,25
	Хлеб ржаной	30/60	1,37/2,74	0,20/0,40	10,07/20,15	48,54/97,09	2,64/3,52
	Всего за обед		450/600	22,22/29,35	14,95/19,76	66,76/92,42	493,8/669,73
Полдник	1. Печенье	20/50	0,97/1,62	1,41/2,36	6,48/10,81	42,72/71,2	2,7/4,58
	2. Кефир, варениц	180/200	4,2/5,04	4,8/5,76	8,07/7,29	80,53/96,64	14,1/16,92
Всего за полдник		200/250	3,35/4,47	3,42/4,77	18,45/25,17	118,55/162,2	16,8/21,5
Всего за день		1095/1350	36,80/47,51	34,75/44,4	158,76/203,98	1106,88/1420,24	