

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ «Ивановский детский сад»
 В.П.Батяева
 14.03.2025г.

Меню на 14.03.2025г.

| Принем пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Цена |
|---------------------|----------------------------------|------------------|--------------------|--------------------|----------------------|-------------------------|---------------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День 10 | | 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 жидкая молочная кукурузная | 120/150 | 3,5/4,3 | 3,5/4,4 | 19,7/24,7 | 124,7/155,8 | 11,65/14,71 |
| | Бутерброд с маслом | 35/50 | 2,58/3,09 | 7,14/8,57 | 16,27/19,52 | 143,87/172,4 | 8,36/15,22 |
| | Чай сладкий с молоком | 150/180 | 2,33/2,8 | 2,67/3,2 | 14,73/17,67 | 94,76/113,71 | 12,18/14,64 |
| Всего за завтрак | | 305/380 | 8,41/10,19 | 13,31/16,17 | 50,7/61,89 | 363,33/441,91 | 32,19/44,57 |
| II завтрак | Сок фруктовый | 80/100 | 0,4/0,5 | 0/0 | 9,36/11,7 | 38,4/48 | 9,34/11,68 |
| Всего за II завтрак | | 80/100 | 0,4/0,5 | 0/0 | 9,36/11,7 | 38,4/48 | 9,34/11,68 |
| Обед | Салат «Стелной» из разных овощей | 30/60 | 0,35/0,7 | 3,52/7,05 | 4,9/9,8 | 32,15/64,3 | 27,27/49,72 |
| | Суп из красной фасоли | 125/150 | 6,87/8,24 | 6,63/7,96 | 13,53/16,24 | 145,21/174,25 | 36,24/43,48 |
| | Картофельное пюре | 110/130 | 2,62/3,09 | 3,55/4,2 | 16,6/19,61 | 108,02/127,66 | 13,28/15,61 |
| | Тефтели рыбные | 60/80 | 7,7/10,3 | 4,9/6,5 | 7,5/10 | 104,2/138,9 | 11,78/15,74 |
| | Чай с лимоном и сахаром | 120/150 | 0,1/0,3 | 0/0 | 4,9/6,7 | 20,4/27,9 | 3,13/6,13 |
| | Хлеб пшеничный | 20/30 | 1,07/1,60 | 0,19/0,28 | 4,47/6,70 | 24/36 | 1,5/1,5 |
| Всего за обед | | 465/600 | 18,71/24,23 | 18,79/25,99 | 51,9/69,05 | 433,98/569,01 | 93,20/132,18 |
| Полдник | Пирожок сладкий | 50/70 | 8,89/12,45 | 7,60/10,65 | 20,60/28,85 | 165,45/231,63 | 41,91/28,91 |
| | Чай с сахаром | 150/180 | 0,06/0,07 | 2,55/3,06 | 10,83/13 | 34,1/40,92 | 1,29/1,28 |
| Всего за полдник | | 200/250 | 8,95/12,52 | 10,15/13,71 | 22,43/41,85 | 199,55/272,55 | 43,2/30,19 |
| Всего за день | | 1050/1330 | 38,62/52,45 | 43,46/58,45 | 159,29/205,68 | 1115,42/1500,53 | |