

Утверждаю
Заведующий МБДОУ



«Детский сад № 18 «Гармония»

ст. Подгорная»

Е.А.Хасанова

МЕНЮ

На 08 апреля 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Суп молочный с овсяными хлопьями	180/2	4,33	4,57	15,14	119,16
		150/1,5	3,61	3,81	12,62	99,30
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00
		15	1,14	0,12	7,38	35,25
	Сыр полутвёрдый «Российский» 50% (порциями)	15	3,55	4,55	0,00	55,00
		10	2,40	3,03	0,00	36,60
	Какао с молоком (1 вариант)	200	3,67	3,19	15,82	107,00
		180	3,15	2,72	12,96	89,00
II ЗАВТРАК	Молоко кипячёное	150	6,11	5,44	10,11	113,3
		200	4,58	4,08	7,58	85,00
ОБЕД						
	Свекольник	200	1,74	3,53	9,67	92,62
		150	1,31	2,65	7,25	69,46
	Тефтели 2 – ой вариант	70	11,48	18,90	17,09	284,20
		50	8,20	13,50	12,20	203,00
	Соус сметанный с томатом	30	0,53	1,50	2,11	24,03
		30	0,53	1,50	2,11	24,03
	Пюре картофельное	130	2,65	4,16	17,71	118,95
		110	2,25	3,52	14,98	100,65
	Компот из свежих плодов (яблоки)	180	0,43	0,25	12,66	54,61
		150	0,36	0,21	10,55	45,51
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
		30	2,28	0,24	14,76	70,50
ПОЛДНИК	Хлеб ржаной	37	2,47	0,45	12,52	65,25
		30	1,98	0,36	10,02	52,20
	Запеканка из творога 5%	120	21,05	14,46	20,58	296,48
		100	17,54	12,05	17,15	247,00
	Соус молочный сладкий	30	1,14	0,12	7,38	35,25
		30	1,14	0,12	7,38	35,25
	Чай с лимоном	200/15/7	0,20	0,00	16,00	65,00
		150/11/5	0,15	0,00	12,00	48,75
	Итого за день	1502	54,98	55,84	177,47	1443,80
		1215	43,79	43,46	141,68	1145,32

сум 124,73

сум 156,89