

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий БДОУ ЛО "Здоровье ребенка"
Кулибеева А.О.
(дата)

Меню

09.06.2025

Возрастная категория: 1,5-3 лет весна-лето

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетиче- ская ценность	Не рецептур- ы
			Белки	Жиры	Углевод- ы		
День 1 (понедельник)							
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями(молоко 3,2%, вермишель, сл/м, сахар)	140	2,46	10,44	16,86	124,1	120
	Бутерброд с маслом (сливочным или шоколадным)(сл/м, батон)	23	1,44	3,36	9,54	74,24	1
	Какао с молоком(какао, молоко 3,2%, сахар)	160	3,20	4,69	19,49	76,8	382
		323	7,1	18,49	45,89	275,14	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК							
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные(сок яблочный)	100	0,41	0,08	13,10	70	389
		100	0,41	0,08	13,10	70	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2							
ОБЕД	Салат из свежих помидор и огурцов	30	0,29	1,80	0,94	27	76
	Суп картофельный с клецками(картоф, морковь, лук, мука, яйцо, м/р, см етана, бульон куриный, м/сл)	180	8,86	7,49	24,19	145,8	108
	Птица или кролик отварные (с соусом)((сметана, курица, мука, лук, том.п)	60	6,00	10,52	1,59	78	288
	Каша рассыпчатая гречневая(гречка, сл.м)	110	2,42	3,68	16,94	77	171
	Компот из смеси сухофруктов(сухофрукты, сахар)	150	0,04	0,00	9,87	37,6	349
	Хлеб пшеничный	18	1,42	0,18	0,38	42,08	н
	Хлеб ржано-пшеничный	19	1,06	0,21	0,46	43,68	н
		567	20,09	23,88	54,37	451,16	
ИТОГО ЗА ОБЕД							
ПОЛДНИК	Печенье	30	0,60	3,00	31,47	147	н
	Кисель из плодово-ягодного концентрата	160	0,00	0,00	2,91	11,87	359
		190	0,60	3,00	34,38	158,87	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК							
УЖИН	Омлет с сыром(яйцо, сл/м, раст/м, молоко, сыр)	170	15,24	21,28	2,55	263,33	211
	Чай с сахаром(чай в.с, сахар)	180	0,11	0,00	7,99	31,32	2
	Хлеб пшеничный	18	1,42	0,18	0,38	42,08	н
	Хлеб ржано-пшеничный	19	1,06	0,21	0,46	43,68	н
		387	17,83	21,67	11,38	380,41	
ИТОГО ЗА УЖИН							
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:							
		1567	46,03	67,12	159,12	1335,58	