

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МБДОУ Д/с "Золотое зернышко"  
 Кулийбаева А.О.



Меню 28.01.2025

(дата)

Возрастная категория: 1,5-3 лет осень-зима

День 7 (вторник)							
ЗАВТР	Запеканка из творога (с молоком сгущенным)(творог 5%,сахар,манка,яйцо,сл/м,сметана)	140	14,85	14,59	12,80	210,78	223
	Бутерброды с джемом или повидлом (повидло)(повидло,батон)	28	0,38	0,28	12,80	56,04	2
	Кофейный напиток с молоком(кофейный н-к,молоко 3,2%,сахар)	150	3,29	3,59	12,55	80,01	379
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>318</b>	<b>18,52</b>	<b>18,46</b>	<b>38,15</b>	<b>346,83</b>	
ЗАВТР	фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	338
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>47</b>	
ОБЕД	салат из свеклы отварной	30	0,42	1,80	2,48	27,84	52
	Суп картофельный с макаронными изделиями(картофель,макароны,лук,морковь,м/сл,бульон куриный)	150	1,58	7,71	16,77	100,01	103
	котлеты,биточки, шницели(с маслом)(мясо говядины,хлеб, молоко, лук, морковь,яйцо)	60	6,80	7,19	4,54	108,73	268
	Рагу из овощей(картофель,морковь,лук,капуста,м/р,м/сл,сметана,мука,том.п)	120	2,41	4,67	25,02	156	143
	Компот из смеси сухофруктов(смесь сухофруктов,сахар)	150	0,26	0,26	13,88	59,1	342
	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
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>547</b>	<b>13,95</b>	<b>22,02</b>	<b>63,53</b>	<b>537,44</b>	
ПОЛДН	Пирожки печеные из дрожжевого теста с яблоком(повидло,м/р,яйцо,мука,сахар,дрожжи)	50	0,50	1,12	43,87	100	406
	Кисломолочный напиток	160	1,60	4,00	6,72	113,6	386
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>210</b>	<b>2,1</b>	<b>5,12</b>	<b>50,59</b>	<b>213,6</b>	
УЖИН	Омлет натуральный(яйцо,молоко,м/сл,м/р)	150	8,55	14,64	5,88	143,65	210
	Салат из горошка зеленого консервированного(горошек зелен конс,м/р)	180	2,83	2,88	11,47	83,36	378
	Чай с молоком или сливками(сахар,молоко,чай в.с)	18	1,42	0,18	0,38	42,08	Н
	Хлеб пшеничный	19	1,06	0,21	0,46	43,68	Н
	Хлеб ржано-пшеничный	19	1,06	0,21	0,46	43,68	Н
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>386</b>	<b>14,92</b>	<b>18,12</b>	<b>18,65</b>	<b>356,45</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1561</b>	<b>79,82</b>	<b>80,53</b>	<b>235,68</b>	<b>2051</b>	