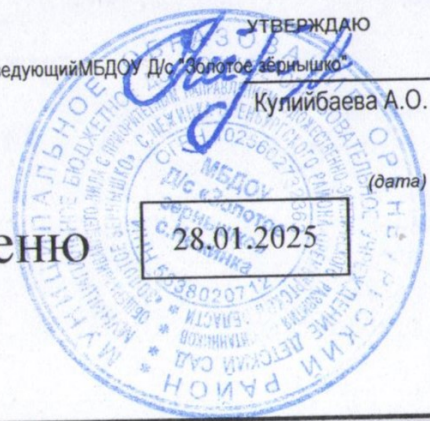


УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МБДОУ Д/с "Золотое зёрнышко"
 Кулийбаева А.О.



Меню

28.01.2025

Возрастная категория: 3-7 лет осень-зима

День 7 (вторник)							
ЗАВТР	Запеканка из творога (с молоком сгущенным)(творог 5%,сахар,манка,яйцо,сл/м,сметана)	190	20,16	19,80	17,37	286,06	223
	Бутерброды с джемом или повидлом (повидло)(повидло,батон)	30	0,41	0,30	13,72	60,04	2
	Кофейный напиток с молоком(кофейный н-к,молоко 3,2%,сахар)	180	3,94	4,30	15,07	96,01	379
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	24,51	24,4	46,16	442,11	
ЗАВТР	фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	338
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,40	0,40	9,80	47	
ОБЕД	Салат из свеклы отварной(ссекла,м/р)	50	0,70	3,01	4,13	46,4	52
	Суп картофельный с макаронными изделиями(картофель,макароны,лук,морковь,м/сл,бульон куриный)	180	10,30	9,25	20,12	180,07	103
	Котлеты, биточки, шницели (с маслом)(мясо говядины,хлеб,молоко,лук,м/р,м/сл,яйцо)	70	7,94	8,39	5,30	126,85	268
	Рагу из овощей(картофель,морковь,лук,капуста,м/р,м/сл,сметана,мука,том.п)	130	2,61	5,06	27,11	169	143
	Компот из свежих плодов (яблоки, айва или груша)(яблоки,сахар)	180	0,31	0,31	16,65	70,92	342
	Хлеб пшеничный	28	2,21	0,28	0,59	65,46	Н
	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,34	0,26	0,58	55,18	Н
ИТОГО ЗА ОБЕД		662	25,41	26,56	74,48	713,88	
ПОЛДН	Пирожки печеные из дрожжевого теста с яблоком повидло,м/р,яйцо,мука,сахар,дрожжи)	60	0,60	1,34	52,64	180	406
	Кисломолочный напиток	190	1,90	4,75	7,98	134,9	386
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	2,50	6,09	60,62	314,9	
УЖИН	Омлет натуральный(яйцо,молоко,м/сл,м/р)	170	9,69	16,59	6,66	162,81	210
	Салат из горошка зеленого консервированного(горошек зелен конс,м/р)	50	10,93	3,07	25,32	166,26	10
	Чай с молоком или сливками(сахар,молоко,чай в.с)	180	2,83	2,88	11,47	83,36	378
	Хлеб пшеничный	28	2,21	0,28	0,59	65,46	Н
	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,34	0,26	0,58	55,18	Н
ИТОГО ЗА УЖИН		452	27	23,08	44,62	533,07	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1864	79,82	80,53	235,68	2051	

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
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		318	18,52	18,46	38,15	346,83	
ЗАВТР	фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	338
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,40	0,40	9,80	47	
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
ИТОГО ЗА ОБЕД		547	13,95	22,02	63,53	537,44	
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
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		210	2,1	5,12	50,59	213,6	
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
ИТОГО ЗА УЖИН		386	14,92	18,12	18,65	356,45	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1561	79,82	80,53	235,68	2051	