

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
МБДОУ с. Сосновка



Н.В. Якшина 29.09.2025 г.

МЕНЮ на 30.09.2025						
Тех. карта	Наименование блюда	Общий 3-7 лет				
		Пищевые вещества				
		Вес блюда	Белки	Жиры	Углево ды	Энергетическ ая ценность
2 день						
Завтрак						
№185	Каша пшенная молочная жидкая	200	7,66	8,89	34,76	249,68
№395	Кофейный напиток с молоком	180	2,10	2,10	12,40	76,74
№3	Батон с маслом и сыром	41	3,74	6,26	15,46	133,32
Итого за Завтрак:			13,50	17,25	62,63	459,74
Завтрак второй						
№368	Яблоки (чищенные)	100	0,40	0,40	9,80	44,40
Итого за Завтрак второй:			0,40	0,40	9,80	44,40
Обед						
№45	Винегрет	50	0,71	3,40	4,25	50,41
№82	Суп картофельный с вермишелью с курицей	200	7,52	8,22	16,63	170,60
№54-10м-2020.	Капуста тушёная с мясом	180	21,08	22,69	13,56	342,94
№398	Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	18,49	78,69
№13	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14
№12	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	16,40	78,80
№1	Соль	2,22	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за Обед:			34,53	35,35	83,82	791,59
Полдник						
№237 (3-7 лет)	Запеканка из творога	100	20,19	10,67	18,10	239,99
№1	Молоко сгущенное жирностью 8,5% (порции)	20	1,44	1,70	11,10	65,46
№401/4	Ряженка	200	5,80	5,00	8,40	101,80
Итого за Полдник:			27,43	17,37	37,60	407,25
Ужин						
№697	Вареники с картофелем (п/ф)	150	5,62	10,36	43,37	289,18
№393	Чай с лимоном и сахаром	180	0,16	0,03	6,40	26,56
№13	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76
Итого за Ужин:			7,36	10,59	59,43	362,49
Итого за день:			83,22	80,96	253,28	2065,48