

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
МБДОУ с. Сосновка



Н.В. Якшина 01.08.2025 г.

МЕНЮ на 03.08.2025

| Тех. карта | Наименование блюда | Общий 3-7 лет | | | | |
|---------------------------------|------------------------------------|------------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------|
| | | Пищевые вещества | | | | |
| | | Вес блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность |
| 10 день | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | |
| №91 | Каша пшеничная молочная жидкая | 200 | 7,44 | 8,24 | 35,06 | 245,72 |
| №395 | Кофейный напиток с молоком | 180 | 2,10 | 2,10 | 12,40 | 76,74 |
| №1 | Батон с маслом | 35 | 2,28 | 4,49 | 15,46 | 111,49 |
| №213 | Яйцо отварное | 40 | 5,08 | 4,60 | 0,28 | 62,84 |
| Итого за Завтрак: | | | 16,89 | 19,43 | 63,21 | 496,78 |
| Завтрак второй | | | | | | |
| №15 | Сок фруктовый для детского питания | 200 | 0,20 | 0,20 | 23,20 | 95,40 |
| Итого за Завтрак второй: | | | 0,20 | 0,20 | 23,20 | 95,40 |
| Обед | | | | | | |
| №9 | Салат из квашеной капусты с луком | 60 | 0,86 | 3,66 | 3,02 | 48,44 |
| №76к | Рассольник "Ленинградский" | 200 | 5,49 | 7,99 | 13,58 | 148,18 |
| №304 | Плов из отварной курицы | 180 | 21,52 | 25,71 | 31,62 | 444,14 |
| №494 | Компот из изюма | 180 | 0,36 | 0,10 | 23,89 | 97,86 |
| №12 | Хлеб ржаной | 40 | 2,24 | 0,48 | 16,40 | 78,80 |
| №13 | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 70,14 |
| №1 | Соль | 4 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого за Обед: | | | 32,84 | 38,24 | 102,99 | 887,55 |
| Полдник | | | | | | |
| №469 | Булочка Домашняя | 60 | 4,49 | 4,48 | 31,97 | 185,95 |
| PK05-469. | Молоко кипячёное | 200 | 6,00 | 7,00 | 9,60 | 125,40 |
| Итого за Полдник: | | | 10,49 | 11,48 | 41,57 | 311,35 |
| Ужин | | | | | | |
| №13 | Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 46,76 |
| PK05-259. | Макароны отварные с сыром | 150 | 8,91 | 7,98 | 32,28 | 236,76 |
| №393 | Чай с лимоном и сахаром | 180 | 0,16 | 0,03 | 6,40 | 26,56 |
| Итого за Ужин: | | | 10,66 | 8,21 | 48,35 | 310,08 |
| Итого за день: | | | 71,08 | 77,57 | 279,32 | 2101,17 |