

Утверждено:
ИП Чернов К.А.

К.А.Чернов

печать, подпись, расшифровка

Согласовано:

Заведующий МБДОУ № 77

Калдина Г.Ю.

печать, подпись, расшифровка

Ежедневное меню

ДЛЯ детей 3-7 лет

день: второй

дата: 17.12.2024

Пищевая ценность					Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал	витамин С		
Завтрак						
5,04	5,69	17,78	101,52	0	суп молочный с макаронными изделиями	180
2,42	3,13	9,802	119	0	бутерброд с маслом 30/5	35
0,12	0,02	10,2	41	2,83	чай с сахаром и лимоном	180
7,58	8,84	37,782	261,52	2,83	Итого	395

2 ЗАВТАК

0,4	0,4	9,8	44	10	фрукты свежие	100
0,4	0,4	9,8	44	10	Итого	100

Обед

Обед						
0,71	3,04	4,2	46,95	4,75	свекла отварная с растительным маслом	50
1,74	5,7	9,7	97,3	7,05	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	185
14,14	14,73	8,96	247,8	0,7	котлеты рубленые из птицы	70
3,12	7,8	30,94	173,29	0	рис припущенный	130
0,28	0,99	1,17	14,82	0,01	соус сметанный	20
0,6	0,08	28,8	119,52	0,65	Компот из смеси сухофруктов с витамином С	180
1,8	0,3	12,3	58,8	0	хлеб ржаной	30
1,2	0,33	4,9	30,94	0	хлеб пшеничный	20
23,59	32,97	100,97	789,42	13,16	Итого	685

ПОЛДНИК

0,6	1,35	3,97	30,45	0,1	соус молочный сладкий	30
12,6	22,49	25,76	323,38	0,42	запеканка из творога	100
3,35	2,99	4,68	59,99	0,19	кисломолочный продукт	180
16,55	26,83	34,41	413,82	0,71	Итого	310
48,12	69,04	182,962	1508,76	26,7	Всего на день	1490