

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: пятый

дата: 20.12.2024

Пищевая ценность					Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал	витамин С		
Завтрак						
5,06	5,99	15,48	244,3	0,48	каша жидкая молочная пшеничная	180
2,42	3,13	9,802	119	0	бутерброд с маслом 30/5	35
2,84	2,41	14,35	90,54	0,17	кофейный напиток с молоком	180
10,32	11,53	39,632	453,84	0,65	Итого	395

2 ЗАВТАК

0,5	0	10,1	42,4	40	соки овощные, фруктовые и ягодные	100
0,5	0	10,1	42,4	40	Итого	100

Обед

0,4	0,05	0,85	6,5	2,8	овощи по сезону	50
1,8	2,16	13,18	81,36	7,06	суп картофельный с крупой	180
4,97	5,27	27,7	178,1		макароны отварные с маслом	130
11,13	10,08	11,2	182,7	0,07	котлеты биточки, шницели	70
0,41	1,05	1,42	16,76	0,07	соус сметанный	30
0,6	0,08	28,8	119,52	0,65	компот из смеси сухофруктов с витамином С	180
1,91	0,3	12,3	59,4	0	хлеб ржаной	30
1,5	0,41	6,12	38,67	0	хлеб пшеничный	25
22,72	19,4	101,57	683,01	10,65	Итого	695

ПОЛДНИК

14,83	11,05	24,9	258,05	0,19	вареники ленивые с маслом и сахаром 100/5/10	115
5,48	4,88	9,07	102	2,96	молоко кипяченое	180
20,31	15,93	33,97	360,05	3,15	Итого	295
53,85	46,86	185,27	1539,3	54,45	Всего на день	1485