

Утверждено:
ИП Чернов К.А.

К.А.Чернов

печать, подпись, расшифровка

Согласовано:

Заведующий МБДОУ № 77

Калдина Г.Ю.

печать, подпись, расшифровка

Ежедневное меню

ДЛЯ ЯСЛЕЙ ОТ 1 х до 3 лет

день: десятый

дата: 13.12.2024

Пищевая ценность					Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал	витамин С		
Завтрак						
6,6	6,84	26,49	195,6	0,42	каша жидкая молочная из гречневой крупы	150
2,42	3,13	9,802	119	0	бутерброд с маслом 30/10	40
0,06	0,01	13,5	54	0,3	Чай с сахаром	180
9,08	9,98	49,792	368,6	0,72	Итого	370

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						
0,43	1,82	2,5	28,17	2,85	свекла отварная с растительным маслом	30
1,21	3,05	7,18	64,35	4,95	рассольник ленинградский	150
3,82	4,05	21,32	137	0	макароны отварные с маслом	110
6,61	6,44	9,41	122	4,7	тефтели рыбные в соусе №331	80
0,12	0,12	20,91	85,95	0,675	компот из свежих плодов с витамином С	150
1,27	0,2	8,2	39,2	0	хлеб ржаной	20
1,2	0,33	4,9	30,94	0	хлеб пшеничный	20
14,66	16,01	74,42	507,61	13,175	Итого	560

ПОЛДНИК

4,51	2,3	26,66	160	0,03	Ватрушка с повидлом	75
3,06	2,66	13,18	89,16	0,72	какао с молоком	150
7,57	4,96	39,84	249,16	0,75	Итого	225
31,71	31,35	173,852	1169,37	24,645	Всего на день	1255