

Согласовано:

Заведующей МБДОУ № 235

Лукиных Надежда Леопольдовна

МЕНЮ

на 29 апреля 2025г.

День: второй Неделя: первая

Комплекс для детей 3-7 лет

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамин С	№ рец.
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК								
1	Каша вязкая овсяная "Геркулес" молочная	200	5,06	7,10	31,56	210,00	0,00	106/25
2	Чай с молоком или сливками	180	2,67	2,34	14,31	89,00	0,03	263
3	Батон	20	1,54	0,60	10,66	53,90	0,00	317
4	Сыр (порциями)	8	2,10	2,13	0,00	27,20	0,06	6
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	Соки овощные, фруктовые, ягодные	100	0,75	0,00	15,15	64,00	3,00	268
Итого завтрак:		508	12,12	12,17	71,68	444,10	3,09	
ОБЕД								
1	Салат из свеклы отварной	50	0,71	3,05	4,18	47,00	4,75	34
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	2,00	2,03	12,30	75,42	6,00	64/1
3	Котлеты рубленые из птицы	70	11,00	11,30	11,64	191,33	0,60	202
4	Рагу из овощей	130	1,94	3,49	8,80	75,12	12,42	87
5	Компот из изюма	180	0,14	0,14	21,49	86,40	1,55	253/6
6	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,20	9,68	47,30	0,00	310
7	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,33	0,00	311
Итого обед:		670	20,02	20,69	81,45	591,90	25,32	
ПОЛДНИК								
1	Биточки рыбные "Сказка"	50	7,74	2,94	5,80	78,13	2,00	168
2	Соус сметанный	20	0,30	1,00	1,17	14,80	0,00	241
3	Рис отварной	110	2,70	3,90	26,90	154,00	0,00	210
4	Чай с лимоном	180/7	0,12	0,02	10,20	41,00	2,83	262
5	Хлеб пшеничный	20	1,59	0,20	9,68	47,30	0,00	310
Итого полдник:		387	12,45	8,06	53,75	335,23	4,83	
Итого завтрак, обед, полдник:			44,59	40,92	206,88	1 371,23	33,24	
ИТОГО стоимость комплекса: 196,60 руб.								

Ответственный по питанию:

(подпись)

(расшифровка подписи)

Заведующий производством:

(подпись)

(расшифровка подписи)