

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ детский сад №96 «Калинка»

Т.В. Шангина

Оригинал утвержден заведующим МБДОУ №96

МЕНЮ**Для маленьких «нехочух»****На 14 июля 2025 года**

Прием пищи, наименование блюда	Масса гр	Пищевые вещества, г			Энерг. ценн., ккал
		жиры	белки	угл	
ЗАВТРАК					
Чай без сахара (чай черный, вода)	150/180	0,11	0,00	0,02	1,03
Каша ячневая вязкая (крупа ячневая, молоко 3,2 %, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная)	180/200	10,30	14,24	46,36	353,82
Бутерброды с маслом (масло сливочное, батон пшеничный в/с.)	20/25	1,94	17,83	11,27	213,5
ЗАВТРАК 2					
Сок фруктовый	150/180	0,74	0,14	23,58	99
ОБЕД					
Суп гороховый на мясном бульоне (филе мясо говядины, картофель, морковь, лук репчатый, горох, масло подсолнечное, соль йодированная,)	150/200	7,46	7,54	13,70	152,54
Биточки из говядины (филе мясо говядины, лук репчатый, морковь, соль йод, масло растительное, масло слив, соус красный)	60/80	0,62	2,75	3,67	42,39
Ризотто (крупа рисовая, масло сливочное, соль йодиров,морковь,горошек зеленый, лук репчатый)	110/130	21,81	19,93	63,61	519,37
Хлеб пшеничный в/с/,хлеб ржаной	60/70	2,77	0,35	16,90	74,76
Компот из кураги (курага, сахар-песок, витамин С)	150/180	0,07	0,05	12,40	48,22
ПОЛДНИК					
Яблоко	100	0,80	0,20	7,50	38
УЖИН					
Ватрушка с повидлом (мука в/с, яйцо, масло слив., соль йодиров., молоко 3,2%, сахар, дрожжи, повидло)	100/110	10,39	9,26	42,36	293,88
Чай без сахара (чай черный, вода)	150/180	0,11	0,00	0,02	1,03
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1405/1660	57,38	72,76	#####	1887,98
ПИТЬЕВОЙ РЕЖИМ	ВОДА по ТРЕБОВАНИЮ				