

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ детский сад №96 «Калинка»

Т.В. Шангина



Оригинал утвержден заведующим МБДОУ №96

МЕНЮ

Для маленьких «НЕхочух»
На 04 февраля 2025 года

Прием пищи, наименование блюда	Масса гр	Пищевые вещества, г			Энерг. ценн., ккал
		жиры	белки	углеводы	
ЗАВТРАК					
Каша Дружба молочная (крупя рис, пшено молоко 3,2 %, сахар-песок, масло сливочное, соль йодированная)	180/200	8,06/8,96	5,83/6,48	27,36/30,4	205,18/227,98
Бутерброды с маслом (масло сливочное, батон пшеничный в/с)	25/30	3,17/3,8	1,62/1,94	10,78/12,94	78,17/93,8
Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток, сахар, вода)	150/180	1,29/1,55	1,2/1,44	10,07/12,08	56,73/68,08
ЗАВТРАК 2					
Йогурт фруктовый 2.5% жирности	100/120	2,5/3,0	2,9/3,48	11/13,2	78/93,6
ОБЕД					
Суп с фасолью на мясном бульоне (филе мясо говядины, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, соль йодированная, фасоль консервир.)	150/200	4,18/5,58	3,68/4,9	12,24/16,32	133,54/100,15
Бефстроганов из говядины в сметанном соусе (филе мясо говядины, картофель, лук репчатый, морковь, соль йод, масло растительное, масло слив, сметана 15%, томат. паста)	160/200	11,98	13,09	39,89	327,95
Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль йодиров)	110/130	2,85/3,37	4,16/4,91	25,38/29,99	143,58/169,69
Напиток лимонный (лимон, сахар-песок)	150/180	0,01/0,02	0,09/0,11	11,11/13,34	44,46/53,35
Хлеб пшеничный высшего сорта	30/40	0,3/0,4	2,37/3,16	0,63/0,84	70,14/93,52
Хлеб ржаной	30				
Огурец свежий	30/50	0,03/0,05	0,24/0,4	0,75/1,25	4,2/7
ПОЛДНИК					
Морс облепиховый	150/180	0,45/0,54	0,11/0,13	11,28/13,54	47,9/57,47
УЖИН					
Ватрушка с творогом (творог, сахар-песок, яйцо, масло сливочное, мука в/с, соль йодированная,)	70/60	9,18/10,71	10,87/12,68	40,09/46,77	287,83/335,8
Чай без сахара	150/180	0,00	0,20	0,10	1,3/1,4
ИТОГО ЗА ДЕНЬ: ясли 1-3 лет	1335	46,05	46,59	170,08	1334,85
ИТОГО ЗА ДЕНЬ: сад 4-7 лет	1610	54,04	54,78	199,24	1573,81