

Заведующий:

МЕНЮ 2

На «05» ноября 2025 года



№ п/п	Наименование приема пищи	САД	Пищевые вещества				Витамины
		10,5 час	белки	жиры	углеводы	Ккал	
	ЗАВТРАК	выход					
1	Каша геркулесовая молочная с маслом	200/3	6.7	7.5	22	182	
2	Чай с молоком, сахаром	180/5	2.6	2.3	14.3	89	
3	Бутерброд с маслом сливочным	25.5	1.9	4.4	13	99	
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1	Сок	125	0.9	0.08	22	91	
	ОБЕД						
1	Салат из моркови	50	0.75	0.06	8.5	37	
2	Суп с рисовой крупой и картоф. с курицей	200/10	2.4	9	3.4	104	
3	котлеты рубленые из мяс.птицы	70	6.2	10.8	3	134	
4	Макароны отварные	130	4.8	3.6	29.4	169	
5	Компот из сухофруктов	180	0.18	0.1	25.9	89	
6	Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5	
	ПОЛДНИК						
1	Плюшка подмосковная	50	3.3	4.2	30.1	171.4	
2	Ряженка	110	3.19	2.75	4.62	59	
3	яйцо вареное	48	5.1	4.6	0.3	63	
4	Капуста тушеная	130	3.25	5.3	25.3	162	
5	Напиток из шиповника	180/5	0.6	0.3	6.5	31	
6	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	

Старшая медсестра: Мутовкина А.А.

Заведующий: А.А.Ю. «Детский сад № 379»

МЕНЮ 3

На «05» ноября 2025 года



№ п/п	Наименование приема пищи	ЯС.П	Пищевые вещества				Витамины
		10,5 час.	белки	жиры	углеводы	Ккал	
	ЗАВТРАК	выход					
1	Каша геркулесовая молочная с маслом	150/3	5	5.5	14	126	
2	Чай с молоком, сахаром	160/4	2.3	2	11.9	74.8	
3	Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1.9	4.4	13	99	
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1	Сок	125	0.6	0.3	13	57	
	ОБЕД						
1	Салат из моркови	30	0.6	0.05	3	14	
2	Суп с рисовой крупой и картоф. с курицей	150/10	2	6.8	3	82	
3	котлеты рубленые из мяс.птицы	50	4.4	8.3	2	100	
4	Макароны отварные	110	4.06	3.05	25	143.3	
5	Компот из сухофруктов	150	0.15	0.1	21.5	87	
6	Хлеб сельский	30	1.5	0.3	14.3	66	
	ПОЛДНИК						
1	Плюшка подмосковная	40	2.64	3.36	24.08	137	
2	Ряженка	100	3	2.5	4.2	55.6	
3	яйцо вареное	1/2 шт	2.5	2.3	0.15	31.5	
4	Капуста тушеная	110	2.75	4.48	21.41	137	
5	Напиток из шиповника	160/4	0.05	0.01	4.42	18	
6	Хлеб пшеничный	20	1.6	0.2	9.8	47	

Старшая медсестра: Мутовкина А.А.