

Заведующий МАДОУ

МЕНЮ 10

На «05» сентября 2025 года

№ п/п	Наименование приема пищи	САД	Пищевые вещества			энерг. цен	Витамин
		10.5 час					
	ЗАВТРАК	выход	белки	жиры	углеводы	ккал	С
1	Каша пшеничная молочная с маслом	200.3	8	6.6	26	195.4	
2	Кофейный напиток с молоком	180	1.22	1.34	11.94	65	
3	Бутерброд с сыром, маслом	25.7.3	4	6	12.83	122	
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1	Фрукты свежие	100	0.4	0.4	12	53.2	
	ОБЕД						
1	Салат из моркови	50	75	0.06	8.5	37	
2	Суп из овощей со сметаной	200/6	3.5	7.8	19.7	163	
3	Гуляш из куриной грудки	45/45	7.56	5.7	3	130	
4	Рис отварной с овощами	130	5.5	5	23	159	
5	Компот из сухофруктов	180	0.18	0.1	25.8	89	
6	Хлеб сельский	37.5	1.8	0.4	18	82.5	
	ПОЛДНИК						
1	Ватрушка с сыром	50	4	5.6	44	237.6	
2	Молоко кипяченое	110	2.5	2.75	4	51	
3	Омлет натуральный	140	8.5	8.68	13.6	167	
4	Чай с сахаром и лимоном	180/5/5	0.12	0.01	10.2	41.4	
5	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	47	
Старшая медсестра		Мутовкина А.А.					

Заведующий МАДОУ

МЕНЮ 10

На «05» сентября 2025 года

№ п/п	Наименование приема пищи	ЯС. ПИ	Пищевые вещества			энерг. цен	Витамин
		10.5 час					
	ЗАВТРАК	выход	белки	жиры	углеводы	ккал	С
1	Каша пшеничная молочная с маслом	150.3	6	4.95	19.5	146	
2	Кофейный напиток с молоком	165.7	1.16	1.28	11.4	62	
3	Бутерброд с сыром, маслом	25.5.3	3.5	5.95	12.9	119.6	
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
1	Фрукты свежие	85	0.34	0.34	10.2	45	
	ОБЕД						
1	Салат из моркови	30	0.6	0.05	3	14	
2	Суп из овощей со сметаной	150.5	3	5.8	14.7	121	
3	Гуляш из куриной грудки	40/40	5.8	5	2.6	78	
4	Рис отварной с овощами	110	4.4	4	17.8	125	
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	Ватрушка с сыром	40	3.2	4.4	35	192	
2	Молоко кипяченое	100	2.3	2.5	3.6	46	
3	Омлет натуральный	130	7.89	8.06	12.63	155	
4	Чай с сахаром	150.4.4	0.09	0.01	8.5	34.5	
5	Хлеб пшеничный	20	1.6	0.2	9.8	47	
Старшая медсестра		Мутовкина А.А.					