

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МАДОУ «Детский сад № 379»  
Э.Ф. Галлямшина  
«07» мая 2025 года

МЕНЮ 6  
На «12» мая 2025 года

| № п/п | Наименование приема пищи                        | САД       | Пищевые вещества |      |          |      |   | Витамин |
|-------|-------------------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|------|---|---------|
|       |                                                 | 10,5 час. | белки            | жиры | углеводы | Ккал | С |         |
|       | <b>ЗАВТРАК</b>                                  | 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 сыром, маслом                       | 25/7/3    | 4                | 6    | 12,83    | 122  |   |         |
|       | <b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>                           |           |                  |      |          |      |   |         |
| 1     | Фрукты свежие                                   | 85        | 0,34             | 0,34 | 10,5     | 47   |   |         |
|       | <b>ОБЕД</b>                                     |           |                  |      |          |      |   |         |
| 1     | Салат из свежей капусты                         | 50        | 0,8              | 2,5  | 4,6      | 45   |   |         |
| 2     | Рассольник ленинградский с курицей, со сметаной | 200/15/5  | 3,56             | 4,5  | 23,6     | 149  |   |         |
| 3     | Биточки куриные "Солнышко"                      | 70        | 8                | 10,5 | 6,2      | 152  |   |         |
| 4     | Макароны отварные                               | 130       | 4,8              | 3,6  | 29,4     | 169  |   |         |
| 5     | Кисель                                          | 180       |                  |      | 10       | 40   |   |         |
| 6     | Хлеб сельский                                   | 37,5      | 1,8              | 0,4  | 18       | 82,5 |   |         |
|       | <b>ПОЛДНИК</b>                                  |           |                  |      |          |      |   |         |
| 1     | Булочка сдобная                                 | 50        | 3,8              | 4,8  | 22,3     | 148  |   |         |
| 2     | Ряженка                                         | 110       | 3,19             | 2,75 | 4,62     | 59   |   |         |
| 3     | Гречка с фаршем и овощами                       | 130       | 7,3              | 10   | 33,2     | 252  |   |         |
| 4     | Чай с сахаром                                   | 180/5     | 0,06             | 0,02 | 4,99     | 20   |   |         |
| 5     | Хлеб пшеничный                                  | 20        | 1,52             | 0,16 | 9,84     | 47   |   |         |

Старшая медсестра : \_\_\_\_\_ Мутовкина А.А.

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МАДОУ «Детский сад № 379»  
Э.Ф. Галлямшина  
«07» мая 2025 года

МЕНЮ 6  
На «12» мая 2025 года

| № п/п | Наименование приема пищи                        | ЯСЛИ      | Пищевые вещества |      |          |       |   | Витамин |
|-------|-------------------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------|---|---------|
|       |                                                 | 10,5 час. | белки            | жиры | углеводы | Ккал  | С |         |
|       | <b>ЗАВТРАК</b>                                  | выход     |                  |      |          |       |   |         |
| 1     | Каша геркулесовая молочная с маслом             | 150/3     | 4,8              | 5    | 14       | 120   |   |         |
| 2     | Чай с молоком, сахаром                          | 160/4     | 2,3              | 2    | 11,9     | 74,8  |   |         |
| 3     | Бутерброд с сыром, маслом                       | 25/5/3    | 3,5              | 5,95 | 12,9     | 119,6 |   |         |
|       | <b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>                           |           |                  |      |          |       |   |         |
| 1     | Фрукты свежие                                   | 85        | 0,34             | 0,34 | 10,5     | 46    |   |         |
|       | <b>ОБЕД</b>                                     |           |                  |      |          |       |   |         |
| 1     | Салат из свежей капусты                         | 30        | 0,5              | 1,5  | 2,8      | 27    |   |         |
| 2     | Рассольник ленинградский с курицей, со сметаной | 150/10/5  | 2,67             | 3,38 | 17,7     | 112   |   |         |
| 3     | Биточки куриные "Солнышко"                      | 50        | 6,4              | 8,5  | 5,2      | 123   |   |         |
| 4     | Макароны отварные                               | 110       | 4,1              | 3    | 25       | 143,4 |   |         |
| 5     | Кисель                                          | 150       |                  |      | 8,34     | 33,34 |   |         |
| 6     | Хлеб сельский                                   | 30        | 1,5              | 0,3  | 14,3     | 66    |   |         |
|       | <b>ПОЛДНИК</b>                                  |           |                  |      |          |       |   |         |
| 1     | Булочка сдобная                                 | 40        | 3,04             | 3,84 | 17,84    | 118,4 |   |         |
| 2     | Ряженка                                         | 100       | 3                | 2,5  | 4,2      | 55,6  |   |         |
| 3     | Гречка с фаршем и овощами                       | 110       | 6                | 7,5  | 28       | 203   |   |         |
| 4     | Чай с сахаром                                   | 160/4     | 0,05             | 0,01 | 4,42     | 18    |   |         |
| 5     | Хлеб пшеничный                                  | 20        | 1,6              | 0,2  | 9,8      | 47    |   |         |

Старшая медсестра : \_\_\_\_\_ Мутовкина А.А.