

Заведующий МАДОУ «Центр развития садов № 379»,

МЕНЮ 4

На «14» августа 2025 года

№ п/п	Наименование приема пищи	САД	Пищевые вещества				Витамин
		10,5 час.	белки	жиры	углеводы	Ккал	
	ЗАВТРАК	выход					
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	85	0,34	0,34	10,5	47	
	ОБЕД						
1	Салат из свежих огурцов	50	0,37	3	1,2	33,5	
2	ПЩ со свеж капустой, картоф., на м/б и сметаной	200/5	4,6	8	23,8	186	
3	Жаркое по домашнему из отварной говядины	160	10,9	11,1	33,58	278	
4	Кисель	180			10	40	
5	Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
	ПОЛДНИК						
1	Вафли	21	1,2	6,2	22	148	
2	Молоко кипяченое	110	2,5	2,75	4	51	
3	Пудинг из творога с рисом с повидлом	130/20	9	10,4	28,3	242	
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

УДК 62-50

Заведующий МАДОУ «Центр развития садов № 379»,

МЕНЮ 4

На «14» августа 2025 года

№ п/п	Наименование приема пищи	г/шт				ккал			
		1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК									
		выход							
1	Каша пшенная молочная с маслом	180	3	68					
2	Кофейный напиток с молоком	165	7	1	12	10		55	
3	Бутерброд с сыром, маслом	25	3	3	5	95	12,9	119	6
ВТОРОЙ ЗАВТРАК									
1	Фрукты свежие	85		0,34	0,34	10,5		46	
ОБЕД									
1	Салат из свежих огурцов	30		0,22	1,8	0,72		26	
2	Щи со свежей капустой, картоф., на м.б и сметаной	150	5	3,48	5,8	17,99		140	
3	Жаркое по домашнему из отварной говядины	130		8,86	9,02	27,28		229	
4	Кисель	150				8,34		33	34
5	Хлеб сельский	30		1,5	0,3	14,3		66	
ПОЛДНИК									
1	Вафли	21		1,1	5,2	16		115	
2	Молоко кипяченое	100		2,3	2,5	3,6		46	
3	Пудинг из творога с рисом и повидлом	110	10	7,2	8,3	22,6		194	
4	Чай с сахаром	160	4	0,05	1,01	4,42		18	
5	Хлеб пшеничный	20		1,6	0,2	9,8		47	
Старшая медсестра		Митовкина А.А.							