

Заведующий МАДОУ

№ 379

МЕНЮ 5

На «24» октября 2025 года

№ п.п.	Наименование приема пищи	САД	Пищевые вещества					Витамины
		10,5 час	белки	жиры	углеводы	Ккал	С	
	ЗАВТРАК	ВЫХОД						
	Каша полбяная молочная с маслом	200/3	8,2	7,9	19,2	180		
	Какао с молоком	180	2,42	2,58	13,61	87		
	Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,91	4,35	12,89	99		
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
	Сок	125	0,9	0,08	22	91		
	ОБЕД							
	Помидоры свежие порционно	50	0,55	0,1	1,9	12		
	Свекольник с курицей, со сметаной	200/10/6	3,8	5,4	18,6	138		
	Плов из курицы	160	12	14	38,9	330		
	Компот из свеж яблок	180	0,27	0,1	15	62		
	Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5		
	ПОЛДНИК							
	Крекер	10	5,8	4	32	187		
	Кефир	110	3,68	2,75	5,07	68		
	Капуста тушеная с мясом	130	10,6	12,65	33	288		
	Чай с сахаром и лимоном	180/5/5	0,12	0,01	10,2	41		
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47		

Старшая медсестра

Мутовкина А.А.

Заведующий МАДОУ

№ 379

МЕНЮ 5

На «24» октября 2025 года

№ п.п.	Наименование приема пищи	ЯС ПИ	Пищевые вещества					Витамины
		10,5 час.	белки	жиры	углеводы	Ккал	С	
	ЗАВТРАК	ВЫХОД						
1	Каша полбяная молочная с маслом	150/3	6,03	5,95	14,47	136		
2	Какао с молоком	160	2	2,2	11,3	73,3		
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	Помидоры свежие порционно	30	0,21	0,03	0,57	3,39		
2	Свекольник с курицей, со сметаной	150/10/5	2,9	4,53	14,21	109		
3	Плов из курицы	130	10	11,5	32	272		
4	Компот из свеж яблок	150	0,22	0,08	12,5	51,6		
5	Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66		
	ПОЛДНИК							
1	Крекер	10	3,8	3	22	130		
2	Молоко кипяченое	100	2,3	2,5	3,6	46		
3	Капуста тушеная с мясом	110	9	11	28	248		
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.