

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ «Детский сад № 379»

З.Ф. Галиямшина

«27» марта 2025 года

МЕНЮ 10

На «28» марта 2025 года

№ п/п	Наименование приема пищи	САД	Пищевые вещества					Витамин
		10,5 час.	белки	жиры	углеводы	Ккал	С	
	ЗАВТРАК	выход						
1	Каша пшеничная молочная с маслом	200/3	8	6,6	26	195		
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	11,27	49		
	ОБЕД							
1	Икра Кабачковая	50	0,7	2,5	4,5	44		
2	Суп из овощей с курицей, со сметаной	200/15/6	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	129		
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	Вафли	21	3,2	6,2	42,3	237		
2	Молоко кипяченое	110	2,5	2,75	4	51		
3	Суфле из творога с повидлом	150/20	9	12,5	24	245		
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»

З.Ф. Галиямшина

«27» марта 2025 года

МЕНЮ 10

На «28» марта 2025 года

№ п/п	Наименование приема пищи	ЯСЛИ	Пищевые вещества					Энерг. цен.	Витамин
		10,5 час.	белки	жиры	углеводы	Ккал	С		
	ЗАВТРАК	выход							
1	Каша пшеничная молочная с маслом	150/3	5,8	4,5	16,2	128			
2	Кофейный напиток с молоком	165/7	1	1,2	10	55			
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	11,27	49			
	ОБЕД								
1	Морковь отварная	30	0,24	0,03	0,6	3,6			
2	Суп из овощей с курицей, со сметаной	150/10/5	3	5,8	14,7	121			
3	Гуляш из куриной грудки	40/40	5,9	6	7,2	106			
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	Вафли	21	11,3	3,2	29	150			
2	Молоко кипяченое	100	2,3	2,5	3,6	46			
3	Суфле из творога с повидлом	100/10	5,82	8,1	15,53	158			
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.