



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
Маркина Л.П.

Меню на 23 Сентября 2025 г. ой						День 2-	
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК							
Каша полбяная молочная с маслом сливочным	180/3	4,83	7,26	29,50	202,64		
Какао с молоком	180/6	3,67	3,19	5,99	58,83	1,43	
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/10/5	4,93	7,16	15,49	146,10		
Итого:	414	13,43	17,61	50,98	407,57	1,43	
2 - ой ЗАВТРАК							
Сок (или нектар)	180	0,90		18,18	76,00	3,60	
Итого:	180	0,90	0,00	18,18	76,00	3,60	
ОБЕД							
Салат из картофеля с солеными огурцами	60	0,73	4,71	5,38	66,84	3,62	
Борщ со свежей капустой, картофелем, со сметаной	180/7	1,50	4,77	8,11	87,64	7,66	
Тефтели куриные запеченные в сметанно-томатном соусе	50/25	6,23	6,46	7,36	112,50	0,38	
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	130/3	4,93	2,75	27,70	155,22	0,00	
Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	13,20	55,26	0,81	
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	0,00	
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,82	89,10		
Итого:	705	18,39	19,57	91,87	625,31	12,47	
ПОЛДНИК							
Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,64	96,30	2,34	
Кондитерские изделия	20	1,28	3,36	13,70	90,20		
УЖИН							
Запеканка творожная с повидлом	120/30	13,34	14,53	49,10	418,50	2,14	
Чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	
Итого:	543	19,97	22,42	77,67	631,48	7,31	
ВСЕГО:	1842	52,68	59,59	238,71	1740,36	24,81	