УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Д/с № 37 «Сказка» Маркина Л.П.

Меню на 5 Сентября 2025 г.						**День 10 - ый**
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическаяценность	Витамин С
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Каша Геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/3	7,43	7,45	33,78	233,10	0,86
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	5,99	42,67	1,17
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/10/5	4,93	7,16	15,49	146,10	
Итого:	**414**	**15,21**	**17,02**	**55,26**	**421,87**	**2,03**
2 - ой ЗАВТРАК						
Сок	180	0,90		18,18	76,00	3,60
Итого:	**180**	**0,90**	**0,00**	**18,18**	**76,00**	**3,60**
ОБЕД						
Огурцы свежие порционно	50	0,35	0,05	0,95	6,00	2,45
Суп картофельный с рисовой крупой, с мясными фрикадельками, со сметаной	180/10/5	2,57	3,02	9,63	79,60	
Котлеты рыбные с маслом сливочным	70/3	8,56	7,60	10,31	144,36	0,22
Макаронные изделия отварные с овощами	130	4,48	5,19	24,72	163,28	2,35
Кисель	180	0,54	0,09	16,18	75,24	0,99
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:	**698**	**21,37**	**16,69**	**91,91**	**616,33**	**6,01**
ПОЛДНИК						
Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,56	91,80	0,54
Булочка "Российская"	30	2,11	2,40	14,61	88,50	0,01
УЖИН						
Каша вязкая гречневая с мясом и овощами	200	11,17	12,30	27,90	268,50	1,17
Напиток из шиповника	180/6	0,61	0,25	18,68	79,38	90,00
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,00
Итого:	**626**	**21,39**	**19,69**	**83,51**	**598,68**	**91,72**
ВСЕГО:	**1918**	**58,87**	**53,40**	**248,86**	**1712,88**	**103,36**
ИТОГО за 10 дней	**18151**	**587,55**	**566,83**	**2367,19**	**16859,41**	**555,41**