



«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 28

Л.М. Садыкова

МЕНЮ № 43 Ясли на 10 марта 2025г

1д

| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (1) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|---------------------|---|-------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| Завтрак | Каша молочная «Дружба» с маслом | 140/3 | 4,22 | 4,92 | 23,38 | 155,56 |
| | Кофейный напиток с молоком | 180/6 | 2,85 | 2,41 | 10,35 | 74,58 |
| | Бутерброд с маслом. С сыром | 25/5/5 | 2,53 | 5,69 | 12,92 | 115,67 |
| 2 завтрак | Фрукты свежие | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,80 | 47,0 |
| Обед | Салат из припущенной моркови с яблоками | 40 | 0,43 | 0,07 | 3,45 | 16,16 |
| | Суп вермишелевый на мясном бульоне | 150/10 | 3,61 | 2,87 | 10,55 | 90,56 |
| | Котлеты рубленые из говядины | 50 | 8,42 | 9,35 | 8,22 | 150,76 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 110/2 | 3,21 | 1,62 | 22,36 | 116,6 |
| | Напиток из с/фр | 150 | 0,5 | 0,07 | 14,00 | 60,0 |
| | Хлеб пшеничный | 15 | 1,14 | 0,12 | 7,38 | 35,25 |
| | Хлеб ржаной | 35 | 2,31 | 0,42 | 13,85 | 69,23 |
| Уплотненный полдник | Кисломолочный напиток | 150/2 | 4,35 | 3,75 | 8,00 | 83,00 |
| | Вафли | 20 | 0,75 | 6,10 | 12,50 | 108,5 |
| | Пудинг рыбный | 45/15 | 8,98 | 2,93 | 4,40 | 80,0 |
| | Пюре картофельный | 120 | 2,45 | 3,84 | 16,35 | 109,8 |
| | Чай с сахаром | 150/5 | 0,06 | 0,02 | 5,01 | 19,95 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,0 |
| ИТОГО | | | 47,73 | 44,73 | 192,35 | 1379,62 |

М/Сестра В.С. Муртазина В.М.
Кладовщик С.И. Агафонова С.И.



МЕНЮ № 43 Сад на 10 марта 2025г

1д

| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (1) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|---------------------|---|-------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| Завтрак | «Каша молочная Дружба» с маслом | 180/3 | 5,34 | 8,40 | 29,46 | 215,86 |
| | Кофейный напиток с молоком | 180/6 | 2,85 | 2,41 | 10,35 | 74,58 |
| | Бутерброд с маслом с сыром | 30/5/5 | 3,61 | 5,83 | 15,49 | 128,77 |
| | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| 2 завтрак | Салат из припущенной моркови с яблоками | 60 | 0,65 | 0,11 | 5,18 | 24,24 |
| | Обед | | | | | |
| | Суп вермишелевый на мясном бульоне | 180/10 | 4,93 | 3,80 | 12,68 | 114,56 |
| | Котлеты рубленые из говядины | 70 | 11,79 | 13,09 | 11,51 | 211,06 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 130/3 | 4,09 | 5,97 | 20,33 | 142,3 |
| | Напиток из с/фр | 180 | 0,60 | 0,08 | 16,81 | 72 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 1,90 | 0,20 | 12,30 | 58,75 |
| | Хлеб ржаной | 45 | 2,97 | 0,54 | 17,84 | 89,19 |
| Уплотненный полдник | Кисломолочный напиток | 180/3 | 5,22 | 4,5 | 10,19 | 102,0 |
| | Вафли | 20 | 0,75 | 6,1 | 12,5 | 108,50 |
| | Пудинг рыбный | 60/20 | 11,97 | 3,91 | 5,87 | 106,67 |
| | Пюре картофельный | 140 | 2,86 | 4,48 | 19,08 | 128,10 |
| | Чай с сахаром | 180/6 | 0,06 | 0,02 | 6,01 | 23,94 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,59 |
| ИТОГО | | | 62,28 | 60,08 | 230,17 | 1717,53 |

М/Сестра Всу Муртазина В.М.
 Кладовщик Агафонова С.И.