

Утверждаю: Заведующий МБДОУ

"Киясовский детский сад №1"

А.Ю.Шорнина

Возраст: 3-7 лет

Сезон: весна- лето 4 день. 1 неделя

Меню на 19.06.2025 год

День недели	№ рец.	Наименование блюда	Выход, гр.				Энергетическая ценность (ккал)	
			Пищевые вещества					
			Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр		3-7 г.	сумма
ЧЕТВЕРГ		ЗАВТРАК						
	213/2021г	Каша гречневая вязкая	160	6,96	5,98	25,12	182,18	14,45
	576/2021г	Батон нарезной	35	2,63	1,02	17,99	91,60	
	96/2004г	Повидло	5	0,04	3,63	0,07	33,05	7,49
	462/2021	Какао с молоком	200	0,20	0,10	9,30	38,90	8,33
		ИТОГО ЗАВТРАК:	400	9,83	10,72	52,48	401,32	30,27
		2-ЗАВТРАК						
		Яблоки	150	0,60	0,60	14,70	66,60	29,60
		ИТОГО 2-ЗАВТРАК:	150	0,60	0,60	14,70	66,60	29,60
		ОБЕД						
	ПП	Салат из огурцов и помидор	50	1,05	3,15	4,12	49,01	20,00
	94/2021г	Борщ с картофелем	180	3,31	5,24	10,12	84,05	17,84
	443/2004г	Плов	200	21,60	11,80	37,80	343,80	31,18
	495/2021г	Компот из смеси сухофруктов	180	0,54	0,09	18,09	75,33	1,95
	573/2021г	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,16	9,90	47,20	3,33
		ИТОГО ОБЕД:	650	29,36	20,66	88,81	641,77	74,30
		ПОЛДНИК						
	741/2004	Ватрушка с творогом	60	3,57	2,38	35,30	176,91	13,09
	469/2021	Снежок	180	5,22	4,50	8,19	94,14	27,45
		ИТОГО ПОЛДНИК:	240	8,79	6,88	43,49	271,05	40,54
		ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		48,58	38,86	199,47	1380,74	174,71

Дата составления 18.06.2025 год

МБОУ "СШ №1"
УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ
ЦЕНТР
МБОУ "СШ №1"



МБОУ "СШ №1"
УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ
ЦЕНТР
МБОУ "СШ №1"