

Утверждаю: Заведующий МБДОУ

"Киясовский детский сад №1"

А.Ю.Шорнина

Возраст: 3-7 лет

Сезон: весна- лето 5 день. 1 неделя

Меню на 20.06.2025 год

День недели	№ рец.	Наименование блюда	Выход, гр				Энергетическая ценность (ккал)	
			Пищевые вещества					
			Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	3-7 г.	3-7 г.	сумма
ПЯТНИЦА	ЗАВТРАК							
	160/2004г	Суп молочный с мак. изделиями	180	5,04	5,69	17,78	118,74	13,96
	576/2021г	Батон нарезной	35	2,63	1,02	17,99	65,43	7,49
	75/2021г	Повидло	10	2,32	2,95	0,00	35,83	
	457/2021г	чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	35,01	1,85
		ИТОГО ЗАВТРАК:	425	10,19	9,75	45,07	45,07	23,30
	2-ЗАВТРАК							
	82/2021	Яблоки	100	0,60	0,60	14,70	66,60	29,60
		ИТОГО 2-ЗАВТРАК:	100	0,60	0,60	14,70	66,60	29,60
	ОБЕД							
	ПП	Нарезка из свежих огурцов	100	1,40	6,10	7,63	91,02	10,40
	47/2008г	Суп картофельный с бобовыми	180	5,54	5,13	12,85	119,75	9,56
	176/2013г	Жаркое по домашнему	200	11,40	18,90	18,80	290,90	44,32
	495/2021г	Компот из смеси сухофруктов	180	0,54	0,09	18,09	75,33	2,05
	573/2021г	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,16	9,90	47,20	3,33
		ИТОГО ОБЕД:	700	21,74	30,60	76,05	666,58	69,66
	ПОЛДНИК							
	86/2008г	Рыба запеченная в яйце	100	14,30	4,90	1,00	105,30	54,64
	ПП	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,16	9,90	47,20	
	496/2021г	Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	17,08	73,02	3,89
		ИТОГО ПОЛДНИК:	300	16,45	5,31	27,98	225,52	58,53
		ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		48,98	46,26	163,81	1003,77	181,09

Дата составления 18.06.2025 год