

Утверждаю: Заведующий МБДОУ

"Киясовский детский сад №1"

А.Ю.Шорнина

Возраст:3-7 лет

Сезон: весна-лето

9 день. 2 неделя

Меню на 26.06.2025 год

Неделя: вторая, четвертая

День недели	№ рец.	Наименование блюда	Выход, гр	Пищевые вещества				Энергетическая ценность (ккал)	
				Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр			
				3-7г	3-7г	3-7г	3-7г	3-7г	сумма
ЧЕТВЕРГ	ЗАВТРАК								
	229/2021г	Каша "Дружба"	160	4,00	5,12	21,54	129,64	13,34	
	576/2021г	Батон нарезной	35	2,63	1,02	17,99	65,43	5,70	
	75/2021	Повидло	10	2,32	2,95	0,00	35,83		
	462/2021	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,50		8,33
		ИТОГО ЗАВТРАК:	405	12,25	11,99	53,33	325,40	27,37	
	2-ЗАВТРАК								
	501/2021г	Сок	100	0,50	0,10	10,10	43,30	9,00	
		ИТОГО 2-ЗАВТРАК:	100	0,50	0,10	10,10	43,30	9,00	
	ОБЕД								
	ПП	Салат из свежих огурцов и помидоров	50	0,00	0,00	1,50	3,60	7,00	
	39/2008г	Борщ с капустой и картофелем	180	3,19	5,20	8,05	76,46	16,28	
	97/2008г	Макаронные изделия отварные	150	5,45	6,75	33,75	174,02	50,50	
	74/2008г	Колобки мясо-картофельные	70	6,23	14,21	6,23	126,95		
	495/2021г	Компот из смеси сухофруктов	180	0,54	0,09	18,09	62,78		2,78
	573/2021г	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,16	9,90	47,20	2,78	
		ИТОГО ОБЕД:	670	18,26	26,63	86,30	533,38	79,34	
	ПОЛДНИК								
	268/2021г	Омлет натуральный	75	6,46	9,80	1,61	96,40	29,65	
	573/2021г	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,16	9,90	47,20		
	496/2021г	Напиток из плодов шиповника	180	0,18	0,09	8,37	29,18		3,65
		ИТОГО ПОЛДНИК:	275	8,18	10,05	19,88	172,78	33,30	
		ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		39,18	48,77	169,60	1074,86	149,01	

Дата составления: 25.06.2025год