

Утверждаю: Заведующий МБДОУ

"Киясовский детский сад №1"

А.Ю.Шорнина

Возраст: 3-7 лет

Сезон: весна-лето

1 день. 1 неделя

Меню на 30.06.2025 год



День недели	№ рец.	Наименование блюда	Пищевые вещества.				Энергетическая ценность (ккал)	
			Выход, гр.	Белки, гр.	Жиры, г.	Углеводы, г.	ценность (ккал)	
			3-7 г.	3-7 г.	3-7 г.	3-7 г.	3-7 г.	сумма
ПОНЕДЕЛЬНИК	ЗАВТРАК							
	232/2021г	Каша пшеничная молочная жидкая	160	5,81	5,17	28,29	182,90	11,99
	576/2021г	Батон нарезной	35	2,63	1,02	17,99	65,43	11,25
	ПП	Сыр	10	0,08	7,25	0,13	66,09	
	462/2021	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,50	5,78
		ИТОГО ЗАВТРАК:	405	11,81	16,33	60,21	408,92	29,02
	2-ЗАВТРАК							
	501/2021	Сок	100	0,50	0,10	0,10	43,30	10,00
		ИТОГО 2-ЗАВТРАК:	100	0,50	0,10	0,10	43,30	10,00
	ОБЕД							
	ПП	Икра кабачковая	50	0,60	2,50	5,60	47,30	12,41
	100/2021г	Рассольник ленинградский	180	3,51	5,33	11,18	106,70	20,58
	97/2008г	Макаронные изделия отварные	150	5,45	6,75	33,75	217,53	47,93
	63/2008г	Гуляш	80	9,60	19,20	4,00	227,20	
	495/2021г	Компот из смеси сухофруктов	180	0,54	0,09	18,09	75,33	2,07
	573/2021г	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,16	9,90	47,20	2,94
		ИТОГО ОБЕД:	680	22,56	34,25	91,30	763,64	85,93
	ПОЛДНИК							
	540/2021г	Шанежка с картофелем	80	5,02	4,57	28,54	131,54	14,43
	496/2021г	Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	17,08	73,02	3,41
		ИТОГО ПОЛДНИК:	260	5,63	4,82	45,62	204,56	17,84
		ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		40,50	55,50	197,23	1420,41	142,79