



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий
«Детский сад № 5 «Белочка»
Таушканова А.Н.

Меню на 12.03.2025

Прием пищи	Наименование блюда	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет
		Вес блюда		Энергетическая ценность		Белки		Жиры		Углеводы	
Завтрак	Каша "Дружба"	150	200	132	175,00	3,7	5,00	4,4	5,90	19,8	26,40
	Кофейный напиток	150	180	67	80,00	2,26	3,87	2,16	3,48	10,02	22,90
	Батон/масло	20/6	30/9	91,72	137,58	1,6	2,40	5,13	7,67	10,34	15,52
	10-00 Сок	160	200	73,6	92,00	0,8	1,00	0	-	16,16	20,20
Итого за завтрак:				364,32	484,58	8,36	12,27	11,69	17,05	56,32	85,02
Обед	Суп с вермишелью	180	200	57	63,00	1,6	1,70	1	1,10	11	12,20
	Капуста тушеная	130	150	81	94,00	3	3,50	2,5	2,90	15	17,40
	Котлета из кур. грудки	70	80	226,5	270,20	14,7	16,80	14,9	17,00	11,5	13,10
	Хлеб крестьянский	30	35	70,8	82,60	2,31	2,69	0,28	0,33	14,37	16,77
	Хлеб Чусовской	30	35	67,5	78,50	2,16	2,52	0,29	0,45	13,35	15,57
	Компот из сухофруктов	150	180	72,57	96,76	0,23	0,31	0,01	0,01	18,28	24,37
	Салат Морская	50	60	59,45	71,34	1,44	1,72	3,68	4,42	5,07	6,09
Итого за обед:				634,82	756,4	25,44	29,24	22,66	26,21	88,57	105,5
Полдник	Сырники со сметаной	100/20	100/25	189	237,00	13,7	17,10	7,6	9,50	16,6	20,80
	Чай с сахаром	150	180	26	35,00	0,03	0,04	0,01	0,01	6,82	9,18
Итого за полдник:				215	272	13,73	17,14	7,61	9,51	23,42	29,98
Итого за день:				1214,14	1512,98	47,53	58,65	41,96	52,77	168,31	220,5