

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий

детского сада № 5 «Елочка»

Таушканова А.Н.

Меню на 31.03.2025



Примечания	Наименование блюда	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7
		лет	лет	лет	лет	лет	лет	лет	лет	лет	лет
		Вес блюда		Энергетическая ценность		Белки		Жиры		Углеводы	
День 16	Каша ячневая	150	200	146	195,00	4,5	6,00	3,9	5,30	25,3	33,70
	Какао с молоком	150	180	101	121,00	2,9	3,87	2,61	3,48	17,18	22,90
	Ватон/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
<b>Итого за завтрак:</b>				<b>412,32</b>	<b>545,58</b>	<b>9,8</b>	<b>13,27</b>	<b>11,64</b>	<b>16,45</b>	<b>68,98</b>	<b>92,32</b>
обед	Суп Крестьянский	180	200	105	117,00	2,4	2,70	4	4,40	16,5	18,30
	Капуста тушеная	130	150	81	94,00	3	3,50	2,5	2,90	15	17,40
	Ежики в том.-смет.соус	60	70	125	146,00	8,5	10,30	8,3	9,70	3,9	4,50
	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
	Напиток из шиповника	150	180	72,8	87,30	0,53	0,63	0,23	0,27	17,1	20,50
	Салат Мозайка	50	60	59,45	71,34	1,44	1,72	3,68	4,42	5,07	6,09
<b>Итого за обед:</b>				<b>581,55</b>	<b>676,74</b>	<b>20,34</b>	<b>24,06</b>	<b>19,28</b>	<b>22,47</b>	<b>85,29</b>	<b>99,13</b>
полдник	Ватрушка с повидлом	65	65	223	223,00	5,6	5,60	8,4	8,40	32	32,00
	Чай с сахаром	150	180	26	55,00	0,03	0,03	0,01	0,01	6,82	8,18
<b>Итого за полдник:</b>				<b>249</b>	<b>278</b>	<b>5,63</b>	<b>5,63</b>	<b>8,41</b>	<b>8,41</b>	<b>38,82</b>	<b>40,18</b>
<b>Итого за день:</b>				<b>1242,87</b>	<b>1500,32</b>	<b>35,77</b>	<b>42,96</b>	<b>39,33</b>	<b>47,33</b>	<b>193,09</b>	<b>231,63</b>