



УТВЕРЖАЮ:  
Заведующий  
Детским садом № 5 «Белочка»  
Татушканова А.Н.

Меню на 16.07.2025

| 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 |
|-------------------|------------------------------|-----------|---------|-------------------------|---------|-----------|---------|-----------|---------|-----------|---------|
| День 13           |                              | Вес блюда |         | Энергетическая ценность |         | Белки     |         | Жиры      |         | Углеводы  |         |
| Завтрак           | Каша Пшеничная               | 150       | 200     | 154                     | 206,00  | 4,9       | 6,50    | 4,5       | 6,00    | 24,4      | 32,50   |
|                   | Кофейный напиток             | 150       | 180     | 67                      | 80,00   | 2,26      | 3,87    | 2,16      | 3,48    | 10,02     | 22,90   |
|                   | Витоее 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: |                              |           |         | 386,32                  | 515,58  | 9,56      | 13,77   | 11,79     | 17,15   | 60,92     | 91,12   |
| Обед              | Суп пюре с гречкой           | 180       | 200     | 73                      | 82,00   | 2,2       | 2,50    | 2,4       | 2,60    | 11,5      | 12,70   |
|                   | Греча отварная               | 120       | 150     | 109                     | 137,00  | 3,7       | 4,60    | 3,2       | 4,00    | 19,2      | 24,00   |
|                   | 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 Пшеничный               | 30        | 35      | 67,5                    | 78,50   | 2,16      | 2,52    | 0,29      | 0,45    | 13,35     | 15,57   |
|                   | Кисель                       | 150       | 180     | 84,75                   | 101,70  | 0,08      | 0,09    | 0,08      | 0,09    | 20,93     | 25,11   |
|                   | Сauce сметанный              | 20        | 30      | 18                      | 26,00   | 0,2       | 0,40    | 1,5       | 2,20    | 0,9       | 1,30    |
| Итого за обед:    |                              |           |         | 649,55                  | 778     | 25,35     | 29,6    | 22,65     | 26,67   | 91,75     | 108,55  |
| Полдник           | Запеканка творожно-морковная | 100       | 120     | 213                     | 255,60  | 13,6      | 16,32   | 11,8      | 14,60   | 13,5      | 16,20   |
|                   | Сгущенное молоко             | 20        | 25      | 66                      | 85,50   | 1,36      | 1,70    | 1,7       | 2,13    | 11,2      | 14,00   |
|                   | Чай с сахаром                | 150       | 180     | 26                      | 35,00   | 0,03      | 0,04    | 0,01      | 0,01    | 6,82      | 9,18    |
|                   | Итого за полдник:            |           |         | 305                     | 376,1   | 14,99     | 18,06   | 13,51     | 16,74   | 31,52     | 39,38   |
| Итого за день:    |                              |           |         | 1340,87                 | 1669,68 | 49,9      | 61,43   | 47,95     | 60,56   | 184,19    | 239,05  |