Свердловская обл. г. Талица
УТВЕРЖДАЮ:
МКДОУ детский сад № 5 «Елочка»
Трушников А.Н.

Меню на 20.10.2025

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 1		**Вес блюда**		**Энергетическая ценность**		**Белки**		**Жиры**		**Углеводы**	
завтрак	Каша манная	150	200	133	178,00	3,98	5,31	3,81	5,09	20,64	27,51
	Кофейный напиток	150	180	67	80,00	2,26	2,71	2,16	2,59	10,02	12,02
	Батон 20/30 масло 6/9	26	39	91,72	137,58	1,6	2,40	5,13	7,67	10,34	15,52
10-00 Сок		100	100	46	46,00	0,5	0,50	0	-	10,1	10,10
Итого за завтрак:		**326**	**419**	**291,72**	**395,58**	**7,84**	**10,42**	**11,1**	**15,35**	**41**	**55,05**
Итого за второй завтрак:		**100**	**100**	**46**	**46**	**0,5**	**0,5**	**0**	**0**	**10,1**	**10,1**
обед	Суп гороховый	180	200	106	118,00	3,8	4,30	3,6	4,00	16,7	18,60
	Макароны отварные	130	150	163	188,00	4,6	5,31	3,27	3,77	28,09	32,40
	Тефтели 60/70 томатный соус 20/30	80	100	140	169,00	8,7	10,30	8,8	10,70	7,2	8,70
	Хлеб крестьянский	25	30	59	70,80	1,92	2,31	0,24	0,29	11,98	14,37
	Хлеб Чусовской	30	37,5	67,5	84,37	2,16	2,70	0,39	0,48	13,35	16,68
	Кисель	150	180	84,75	101,70	0,08	0,09	0,08	0,09	20,93	25,10
	Икра кабачковая	50	50	45	45,00	0	-	3,5	3,50	3,5	3,50
Итого за обед:		**645**	**747,5**	**665,25**	**776,87**	**21,26**	**25,01**	**19,88**	**22,83**	**101,75**	**119,35**
полдник	Шаньга картофельная	65	65	235,5	235,53	6,47	6,47	7,12	7,12	36,4	36,40
	Чай с сахаром	150	200	26	35,00	0,03	0,04	0,01	0,01	6,82	9,18
Итого за полдник:		**215**	**265**	**261,5**	**270,53**	**6,5**	**6,51**	**7,13**	**7,13**	**43,22**	**45,58**
Итого за день:		**1286**	**1531,5**	**1264,47**	**1488,98**	**36,1**	**42,44**	**38,11**	**45,31**	**196,07**	**230,08**