

"УТВЕРЖДАЮ"

Заведующий МБДОУ Д/с "Родничок" с.Нежинка  
Н.А. Джуламанова



Меню на ВТОРНИК (2 неделя): 27.05.2025г.

1,5-3 года

| Прием пищи                | Наименование блюда                                       | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая<br>ценность.<br>Ккал |
|---------------------------|----------------------------------------------------------|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------------|
|                           |                                                          |              | Белки            | Жиры         | Углевод<br>ы |                                     |
| ЗАВТРАК                   | Каша жидкая молочная из манной крупы (с маслом)          | 150          | 3,00             | 3,00         | 50,29        | 180,25                              |
|                           | Бутерброды с повидлом (джемом)                           | 28           | 0,38             | 0,28         | 12,80        | 56,04                               |
|                           | Кофейный напиток с молоком                               | 150          | 3,29             | 3,59         | 12,55        | 80,01                               |
|                           | <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>                                  | <b>328</b>   | <b>6,67</b>      | <b>6,87</b>  | <b>75,64</b> | <b>316,30</b>                       |
| ЗАВТРАК 2                 | Плоды или ягоды свежие (Яблоки)                          | 100          | 0,40             | 0,40         | 9,80         | 47,00                               |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b> |                                                          | <b>100</b>   | <b>0,40</b>      | <b>0,40</b>  | <b>9,80</b>  | <b>47,00</b>                        |
| ОБЕД                      | Салат из свеклы отварной                                 | 30           | 0,32             | 0,05         | 2,56         | 11,97                               |
|                           | Суп картофельный с макаронными изделиями                 | 150          | 8,58             | 7,71         | 16,77        | 150,01                              |
|                           | Котлеты, биточки, шницели из говядины                    | 50           | 6,80             | 7,19         | 4,54         | 108,73                              |
|                           | Рагу из овощей                                           | 110          | 2,41             | 4,67         | 25,02        | 156,00                              |
|                           | Компот из свежих плодов (яблоко или груша)               | 150          | 0,26             | 0,26         | 13,88        | 59,10                               |
|                           | Хлеб пшеничный                                           | 20           | 1,42             | 0,20         | 0,38         | 42,08                               |
|                           | Хлеб ржаной                                              | 20           | 1,06             | 0,21         | 0,46         | 43,68                               |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>      |                                                          | <b>530</b>   | <b>20,85</b>     | <b>20,29</b> | <b>63,61</b> | <b>571,57</b>                       |
| ПОЛДНИК                   | Пирожки печеные из дрожжевого теста с яблоком (повидлом) | 50           | 0,52             | 1,15         | 49,85        | 160,00                              |
|                           | Напиток "Снежок" 2,5% жирности                           | 100          | 1,90             | 4,75         | 7,98         | 134,90                              |
|                           | <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>                                  | <b>150</b>   | <b>2,42</b>      | <b>5,90</b>  | <b>57,83</b> | <b>294,90</b>                       |
| УЖИН                      | Омлет с сыром                                            | 110          | 15,24            | 21,28        | 2,55         | 263,33                              |
|                           | Чай с сахаром                                            | 150          | 0,09             | 0,00         | 6,66         | 26,10                               |
|                           | Хлеб пшеничный                                           | 20           | 1,42             | 0,20         | 0,38         | 42,08                               |