

"УТВЕРЖДАЮ"

Заведующий МБДОУ Д/с "Родничок" с.Нежинка

Н.А. Джуламанова



Меню на ЧЕТВЕРГ (2 неделя):

29.05.2025г.

1,5-3 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность. Ккал
			Белки	Жиры	Углевод ы	
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из риса и пшена (с маслом и сахаром)	150	3,00	4,59	24,21	226,42
	Бутерброд с сыром	28	2,14	2,00	8,23	36,00
	Чай с молоком	180	2,59	2,27	10,91	76,52
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	358	7,73	8,86	43,35	338,94
ЗАВТРАК 2	Плоды и ягоды свежие (Яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ОБЕД	Салат из свежих помидоров	45	0,54	3,05	3,72	36,40
	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	150	3,00	4,50	30,95	225,00
	Жаркое по-домашнему	130	6,01	7,72	25,71	199,07
	Кисель из плодово-ягодного концентрата	180	0,00	0,00	3,64	14,84
	Хлеб пшеничный	20	1,42	0,20	0,38	42,08
	Хлеб ржаной	20	1,06	0,21	0,46	43,68
	ИТОГО ЗА ОБЕД	545	12,03	15,68	64,86	561,07
ПОЛДНИК	Булочка домашняя	50	3,09	5,22	33,93	105,58
	Напиток "Снежок" 2,5% жирности	100	1,90	4,75	7,98	134,90
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	150	4,99	9,97	41,91	240,48
УЖИН	Сырники из творога с молоком сгущенным	90	23,10	18,66	13,34	313,64
	Чай с сахаром	150	0,90	0,00	6,66	26,10
	Хлеб пшеничный	20	1,42	0,20	0,38	42,08
	Хлеб ржаной	20	1,06	0,21	0,46	43,68
	ИТОГО ЗА УЖИН	280	26,48	19,07	20,84	425,50
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1433	51,63	53,98	180,76	1612,99