

УТВЕРЖДАЮ

СП «Детский сад «Родничок»

В.А. Кривохижина

М Е Н Ю Д Н Я

На 13.05. 2025г.

(безмолочная диета)

Название блюда	Вес блюда		Энергет. ценность		В %	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
ЗАВТРАК:						
Каша вязкая овсяная	100	120	135	162	0,00	0,00
Батон	30	40	103,55	127,05	0,00	0,00
Чай с сахаром и лимоном	150	180	32	41	0,00	0,00
Итого за завтрак	280	340	270,55	330,05	19,33	18,34
ВТОРОЙ ЗАВТРАК:						
Сок фруктовый	100	100	0,75	10,5	0,00	0,00
Итого за завтрак	100	100	61,5	61,5	4,39	3,42
ОБЕД:						
Салат из отварной свёклы	40	50	40	60	0,00	0,00
Гуляш из отварного мяса (без томата).	60	80	42	49	0,00	0,00
Суп картофельный на кур.бул.	150	180	85,9	95,4	0,00	0,00
Компот из сухофруктов	150	180	51	61	0,00	0,00
Рис отварной	100	120	135	162	0,00	
Хлеб пшеничный	20	30	135	162	0,00	0,00
Хлеб ржаной	20	30	50,71	69,6	0,00	0,00
Итого за обед	540	670	450,61	536	32,19	29,78
ПОЛДНИК						
Картофель тушёный с овощами.	100	150	90	180	0,00	0,00
Чай с сахаром	180	200	31	41	0,00	0,00
Фрукта свежая	100	100	135	162	0,00	0,00
Итого за полдник	380	450	231	347	16,50	19,28
Итого за день	1265	1490	1013,66	1274,55	72,40	70,81