



УТВЕРЖДАЮ
И. о. заведующего МБДОУ детский сад №18

Н.Н. Шестакова

МЕНЮ НА 02. 04 2025г.

Наименование блюд		Масса порции в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рец.
Прием пищи							
завтрак 8.30-9.00							
1	Каша дружба(смесь гречневой и пшенной круп)	200	10,44	9,00	41,30	307,00	177
2	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,0	114
3	Масло сливочное (порциями)	5	0,04	4,12	0,04	37,4	60
4	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	77,33	376
	итого	445	13,7	13,4	75,0	515,7	
второй завтрак 10.00-10.30							
1							
	итого	100	1,5	0,5	8	95	
обед 12.00-13.00							
1	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,69	2,84	17,14	104,75	103
2	Птица отварная	70	16,98	13,6	0,00	206,25	300
3	Каша пшеничная	140	6,84	9,2	49,20	306,90	140
4	Икра свекольная	50	0,45	0,00	2,35	34,8	54
5	Хлеб ржаной-пшеничный	50	2,45	2,4	14,5	136	1
6	Компот из смеси сухофруктов	180	0,04	0,00	24,76	94,20	349
	итого	690	29,5	28,0	108,0	882,9	
десерт совмещенный с ужином 15.30-16.00							
1	Пудинг из творога	150	15,14	10,76	24,34	254	235
2	Кисломолочный напиток (кефир)	180	4,64	4,0	6,4	80,0	401
3	Рис отварной с маслом	150	3,90	5,5	39,10	126,40	192
4	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	114
5	Долоко кипяченое	180	4,9	4	8,1	91	400
	итого	700	24,93	24,93	97,6	645,06	
	Соль пищевая поваренная йодированная	3					
ИТОГО за целый день		1935	70	67	289	2139	