



УТВЕРЖДАЮ
И. о. заведующего МБДОУ детский сад №18

Н.Н. Шестакова

МЕНЮ НА 03. 04 2025г.

		Прием пищи					№ рец.
Наименование блюд		Масса порции в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	
завтрак 8.30-9.00							
1	Каша молочная жидкая манная	200	3,18	3,89	21,44	134,00	151
2	Бутерброд с маслом	40\5	2,81	3,97	16,96	114,66	1
3	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	77,33	376
итого		400	6,2	7,9	52,4	326,0	
второй завтрак 10.00-10.30							
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные витаминизированные	100	0,5	0,10	10	46,00	64
итого		100	0,5	0,10	10	46,00	
обед 12.00-13.00							
1	Суп картофельный с крупой	200	2,18	2,8	14,29	91,50	101
2	Плов из птицы	200	18,75	19	35,08	471,25	291
3	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	0,72	2,83	4,6	46,8	6Н
4	Хлеб ржаной-пшеничный	50	2,45	7,6	14,6	136	1
5	Компот из смеси сухофруктов	180	0,04	0,00	24,76	94,0	349
итого		690	23,4	32,6	93,4	745,6	
полдник совмещенный с ужином 15.30-16.00							
1	Пряник	30	1,77	1,41	22,50	109,80	603
2	Кисломолочный напиток (кефир)	200	4,6	5	8	106	251
3	Яйцо вареное	40	5,1	5	0	63	209
4	Капуста тушеная	200	3,32	5,8	12,9	117,4	336
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	2,5	0,80	15	136,0	1
6	Молоко кипяченое	200	4,88	4,4	8,08	90,7	400
итого		710	22,16	21,96	66,44	622,8	
Соль пищевая поваренная йодированная		3					
ИТОГО за целый день		1900	52,27	62,54	222,32	1740,36	