

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ детский сад №18

В.С. Рендак

МЕНЮ НА 06. 05 2025г.

Наименование блюд		Масса порции в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рец.
завтрак 8.30-9.00							
1	Каша молочная жидкая пшеничная	200	4,6	4,90	26,32	168,0	185
2	Бутерброд с повидлом	65	2,94	4,64	16,38	184,0	2
3	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	77,33	376
	итого	465	7,73	9,54	56,70	429,33	
второй завтрак 10.00-10.30							
1	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	10	44	368
	итого	100	1,5	0,5	8	95	
обед 12.00-13.00							
1	Суп картофельный с клецками	200	2,06	3,10	12,58	86,50	85
2	Тефтели мясные	70	8,9	6,64	4,53	118,11	111
3	Пюре картофельное	150	4,20	6,4	29,2	218	321
4	Салат из свеклы отварной	60	1,43	6,09	8,36	93,90	52
5	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,45	7,6	14,6	136	1
6	Кисель из сухих фруктов	180	0,98	0,00	27,20	106,22	239
	итого	710	19,97	29,78	96,49	640,62	
полдник совмещенный с ужином 15.30-16.00							
1	Печенье	30	3,80	4,0	6,4	80,0	42
2	Кисломолочный напиток (кефир)	200	4,64	4,0	6,4	80,0	401
3	Омлет натуральный	155	18,1	30,80	2,40	168	216
4	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	0,72	2,83	4,63	46,8	б/н
5	Хлеб пшеничный	40	2,28	0,24	14,76	70,5	84
6	Какао с молоком	200	4,90	5,00	32,50	190,00	382
	итого	685	34,44	46,87	67,09	635,30	
	Соль пищевая поваренная йодированная	3					
ИТОГО за целый день		1960	63,64	86,69	228,28	1800,3	