

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
МДОУ "ЦРР - детский сад № 107 "Пчелка"
О.В. Морозова

Меню на 5 мая 2025 г.
категория: Сад (от 3 до 7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Понедельник			Б	Ж	У	К
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная манная	175	4,66	5,01	22,16	152,48
	Какао с молоком	200	4,20	3,60	17,28	118,66
	Бутерброд с маслом	25 5	1,92	3,92	12,91	94,60
	Итого за завтрак:	405	10,78	12,53	52,35	365,74
2 ЗАВТРАК	Сок фруктовый	100	0,00	0,00	10,00	45,00
ОБЕД	Салат из отварной моркови с растительным маслом	60	0,73	4,25	3,89	57,50
	Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне	180	5,99	4,12	12,96	113,31
	Макаронные изделия отварные	130	4,68	4,24	28,34	170,56
	Бефстроганов из отварной говядины	70	10,50	10,85	1,75	146,57
	Компот из изюма	180	0,36	0,09	16,56	68,22
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,03	8,35	43,50
	Итого за обед:	670	25,81	23,78	80,26	658,41
ПОЛДНИК	Напиток кисломолочный "Снежок" с м.д.ж	200	5,60	5,00	22,00	156,00
	Булочка домашняя	60	4,24	5,46	37,77	216,83
	Итого за полдник:	260	9,84	10,46	59,77	372,83
УЖИН	Суфле творожное запеченное	150	22,86	14,75	23,12	316,62
	Чай с молоком и сахаром	180	1,44	0,99	7,83	45,81
	Батон	25	1,88	0,63	13,00	67,50
	Фрукт	100	1,5	0,5	21	95
	Итого за ужин:	455	27,68	16,87	64,95	524,93
	Итого за день:	1890	74,11	63,64	267,33	1966,91

Рекомендации для родителей по питанию в вечернее время: рыбные блюда, овощные блюда.