

Согласовано:
 Директор: _____ (И.О. директора)
 Дата: _____ г.



Десятидневное меню для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 09.04.2025г																
Весенне-летний сезон																
№ по СР	Наименование блюда	Выход (г)	Цена	Дать в (Средн)										Витамины и минеральные вещества		
				Кал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	В	Са	Р	Мg	Fe	
Завтрак	219 Сырники из творога с повидлом	100(20)	42,7	287,48	21,68	17,94	34,38	0,84	0,66	73,8	0,57	281,4	113,76	36,68	0,76	
	387 Ваниль с молоком	200	11,89	143	1,79	3,3	25,81	0,04	1,3	0,03	0,01	125,12	116,2	31	0,98	
	3 Суперброд с сыром (40/15)	55	14,94	54	1,45	3,58	0	0,01	0,17	0,04	0,13	220	125	8,75	0,25	
	Итого завтрак	325	69,55	484,48	28,92	24,72	60,09	0,89	2,15	73,88	0,71	626,52	554,96	76,43	1,99	
Завтрак 2																
	318 Пюре из картофеля	100	12	45	0,4	0,4	9,8	0,05	4	0,01	0,4	20	8	7	1	
Обед	71 Огузки свежие порционные	60	25	7,7	0,42	0,06	1,34	0,02	2,94	0,02	2,72	10,2	18	8,4	0,3	
	82 Борщ с капустой, вареной со сметаной	200(200/5)	12,66	90,04	1,57	4,87	10,73	0,04	9,88	0,22	1,96	35,92	43,29	22,63	0,94	
	289 Макароны домашние из пшеницы	200	37,32	348,64	18,52	20,68	18,94	0,14	7,72	0,14	2,54	34,80	235,14	48,54	4,42	
	Пюре из плодов кабачков	200	8,17	100	0,68	0,78	30,78	0,02	100	0,02	0	21,34	3,44	1,48	0,64	
	Булб Дарницкий	95	2,16	73,5	1,12	0,34	0	0	0	0	0	6	0	0	0	
	Булб пшеничный	85	2,16	73,5	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	11	2,6	0,22	
	Итого	725	77,47	892,88	25,83	26,43	61,25	0,34	120,54	0,4	7,24	106,32	312,87	85,2	4,62	
Полдник																
	Руллет	295	23,55	91,19	5,04	4,5	19,8	0,05	1,8	30	0	712,4	172,8	28,8	0	
	Пюре из картофеля	70	8,14	253,31	4,61	9,68	30,58	0,08	0	0	0	8,36	0,38	5,77	0,18	
	Итого полдник	370	31,69	344,5	9,65	14,18	50,38	0,13	1,8	30	0	220,76	173,18	34,57	0,18	