

Согласовано:
 Директор _____ (ФИО директора)
 Дата: _____ г.



Десятидневное меню для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 29.04.2025г.
Весенне-летний сезон.

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена	День 2 (Вторник)						Витамины и минеральные вещества					
				Питательная ценность											
				Кал	Белки	Жиры	Углеводы	St	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак	Какао молочное с маслом	205(200/5)	23,29	264,54	5,56	9,74	38,5	0,08	1,06	0,08	0,8	121,88	107,44	18,46	0,46
	382 Какао с ванилином	200	11,89	143	3,79	3,2	25,81	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	116,2	31	0,98
	3 Бутерброд с сыром	55 (40/15)	14,94	54	3,45	3,58	0	0,01	0,17	0,06	0,13	220	125	8,75	0,25
	Итого завтрак:	460	48,12	461,54	12,8	16,52	64,31	0,13	2,53	0,16	0,94	467	348,64	58,21	1,69
Завтрак 2		100		89	1,5	0,1	21	0,04	10	0,02	0	8	28	42	0,6
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	16,57	38,96	0,45	3,61	1,43	0,02	2,81	0,03	1,39	13,39	23,75	7,91	0,34
	Ще из свежей капусты с картофелем со сметаной	205(200/5)	11,19	79,76	1,5	4,94	6,49	0,05	18,04	0,21	1,93	33,19	40,01	17,39	0,61
	291 Плов из теляны	200	42	346	16,94	10,46	35,74	0,1	4,03	0,1	4,4	46,34	175,34	54,04	1,98
	348 Компот из яблок	200	9,42	124,18	1,08	0	31,33	0,02	0,83	0,12	1,14	33,08	30,19	21,71	0,66
	Хлеб пшеничный	60	4,12	98	1,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Итого обед:	725	83,5	687,9	23,09	19,37	74,97	0,19	27,71	0,45	8,85	126	289,29	101,45	3,61
Полдник	Йогурт	200	23,55	91,19	5,94	4,5	18,8	0,05	1,8	96	0	212,4	172,8	28,8	0
	Булочка дрожжевая	70	8,14	253,31	4,61	9,68	36,59	0,08	0	0	0	8,36	0,38	5,77	0,38
	Итого полдник:	270	31,69	344,5	9,65	14,18	56,39	0,13	1,8	96	0	220,76	173,18	34,57	0,38