

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



Десятидневное меню для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 12.05.2025г.														
№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена	Дневная ценность										
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Мg	Fe
Завтрак	Сырники из творога с молоком	100(20)	42,69	265,5	21,68	17,34	34,28	0,084	0,66	73,8	0,57	281,4	313,76	36,68
	Чай с лимоном	200(15/7)	3	58	0,16	0,01	15,2	0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,84
	Бутерброд с маслом сливочным	40(30/10)	13,44	146,2	2,36	8,49	14,66	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6
Итого завтрак				340	59,13	470,7	24,2	26,46	64,14	0,124	3,46	73,8	0,62	292,2
Завтрак 2	Апельсины	100	35	42	0,4	0,3	9,5	0,02	5	0		19	16	12
Обед	Салат из сырых овощей	80	7,51	53,91	0,81	3,65	4,72	0,01	5,2	0	1,64	21,09	24,51	12,54
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	12,95	123,07	5,78	4,74	16,73	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	54,6	22,64
	Птица тушенная в сметане	100(50/50)	27,53	113,6	14,42	13,99	2,95	0,01	0,06	0,01	0,97	16,69	9,99	1,61
	Каша пшеничная вязкая	150	13,64	213,71	5,65	6,08	33,51	0,11	0	0,03	0,1	23,12	129,45	28,3
	Напиток из плодов шиповника	200	8,12	100	0,68	0,28	20,74	0,02	100	0,02	0	21,34	3,44	3,44
	Хлеб Дарницкий	30	2,22	73,5	1,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный	30	2,22	73,5	1,52	0,16	5,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8
	Итого обед	770	74,19	751,29	31,98	35,26	84,37	0,24	123,04	0,32	3,92	106,2	234,98	72,39
Полдник	Пряники	50	9,6	181	2,65	2,75	35,95	0	0	0	0	0	0	0
	Чай с сахаром	200(15)	2,5	56,85	0,1	0,03	14,99	0	0	0	0	0	0	0
	Итого полдник	250	12,1	237,85	2,75	2,78	50,94	0	0	0	0	0	0	0