

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



Десятидневное меню для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 18.06.2025г																
Весенне-летний сезон.																
	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
					Калл	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак	219	Сырники из творога с повидлом	100/20	42,7	287,48	21,68	17,94	34,78	0,84	0,66	73,8	0,57	281,4	313,76	36,68	0,76
	382	Каша с яблоком	200	11,89	143	3,79	3,2	25,81	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	116,7	31	0,98
	3	Бутерброд с сыром (40/15)	55	15,02	54	3,45	3,58	0	0,01	0,17	0,06	0,13	220	125	8,75	0,25
		Итого завтрак	375	69,61	484,48	28,92	24,72	60,59	0,89	2,11	73,86	0,71	626,52	554,96	76,43	1,99
Завтрак 2																
	338	Яблочный салат	100	13,5	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1
Обед	71	Огурцы свежие порциями	60	6,33	7,2	0,42	0,06	1,14	0,02	2,94	0,02	2,72	10,2	18	8,4	0,3
	82	Борщ с капустой, картофелем со сметаной	205(200/5)	14,21	90,04	1,57	4,87	10,71	0,04	9,88	0,22	1,96	35,92	43,29	22,02	0,94
	289	Жаркое по домашнему из птицы	200	44,27	348,64	18,52	20,68	18,94	0,14	7,73	0,14	2,54	34,86	235,14	48,54	4,42
		Напиток из плодов шиповника	200	8,17	100	0,68	0,28	20,74	0,02	100	0,02	0	21,14	1,44	3,44	0,64
		Хлеб Дарницкий	30	2,22	73,5	3,12	0,16	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		Хлеб пшеничный	30	2,22	73,5	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22
		Итого	725	77,4	692,88	25,83	26,41	41,75	0,24	120,14	0,4	7,24	106,32	312,87	85,2	6,52
Полдник																
		Йогурт	200	23,55	91,19	5,04	4,5	19,8	0,05	1,8	36	0	212,4	172,8	28,8	0
		Булочка дрожжевая	70	8,14	253,31	4,61	9,68	16,59	0,08	0	0	0	8,16	0,38	5,77	0,18
		Итого полдник	270	31,69	344,5	9,65	14,18	36,39	0,13	1,8	36	0	220,76	173,18	34,57	0,18