

Составлено:
Директор _____
[ИМО директора]
Дата: _____



Десятидневное меню для питания детей от 3-х до 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения на 23.06.2025г															
Весенне-летний сезон.															
№ по СР	Наименование блюда	Выход [гр]	Цена	День 31 (Понедельник)					Витамины и минеральные вещества						
				Пищевая ценность											
				Кал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак	3 Бутерброд с маслом	40 (30/10)	53,44	54	3,45	3,58	0	0,01	0,17	0,06	0,13	220	125	8,75	0,25
	Каша молочная из овсяных хлопьев с маслом	205(200/5)	21,25	380,9	7,63	13,34	32,51	0,18	1,3	0,06	0,8	143,83	234,95	70,05	1,69
	379 Кофейный напиток с молоком	200	30,3	146,3	3,12	2,51	24,69	0,04	1,3	0,02	0	120	90	14	0,1
	Итого завтрак:	445	44,99	481,2	14,2	19,43	57,2	0,23	2,77	0,14	0,93	483,83	449,95	92,8	2,04
Завтрак 2	378 Яблочный компот	100	13,5	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1
Обед	47 Салат из свежей капусты	60	6	50,03	0,36	3	4,61	0,01	13,18	0	1,38	25,19	18,53	8,62	0,34
	102 Суп картофельный с горошком	200	9,54	142,38	7,27	6,77	15,64	0,18	10,98	0,22	1,96	27,78	70,3	29,14	1,64
	Фрикадельки из говядины с соусом	60/30	34	203,14	9,86	13,2	12,07	0,05	0,18	0,05	2,41	39,66	97,36	15,42	3,99
	Каша гречневая рассычатая с маслом	155(150/5)	17,08	266,46	8,67	6,31	42,64	0,21	0	0,03	0,61	14,9	206,9	137,2	4,01
	349 компот из смеси сухофруктов	200	5	126,05	0,57	0	32,21	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб Диетический	30	2,22	73,5	1,12	0,38	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный	30	2,22	73,5	1,12	0,38	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Итого обед:	765	76,08	935,08	33,57	30	107,17	0,45	26,32	0,29	6,36	107,53	192,11	190,18	12,58
Полдник															
	Чай с молоком	200	5,23	90,1	2,53	2,9	14,22	0,03	0,81	0,02	0	87,48	63,99	12,6	0,09
	Печенье	50	10,8	223,22	5,36	6,50	31,76	0	0	0	0	0	0	0	0
	Итого полдник:	250	16,03	313,32	6,29	9,49	45,98	0,03	0,81	0,02	0	87,48	63,99	12,6	0,09