




Утверждаю: 		Меню 19				Согласовано 										
		Дата: 27 марта 2025 г.				Заведующий МОУ Детским садом № 37  Л.А.Трапезникова										
Прием пищи, наименование блюда		Ясли				Сад				24 часа						
		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак																
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ		30				50				50						
ЯИЧНОЕ БЛЮДО ( омлет)		130				150				150						
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ		150				200				200						
БАТОН		40				30				30						
Итого за прием пищи:		350	14,3	14,6	40,6	397	430	21,6	26,8	37,8	484,8	430	21,6	26,8	37,8	484,8
2 Завтрак																
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(яблочный)		180				200				200						
Итого за прием пищи:		180	0,9	0,2	17,7	75,1	200	1,0	0,2	19,6	83,4	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед																
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ		30				50				50						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА БУЛЬОНЕ		150				180				180						
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ		150				150				150						
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ		150				200				200						
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ		40				40				40						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		0				50				50						
Итого за прием пищи:		520	19,5	15,8	56,5	448,6	670	23,9	16,4	88,4	599,9	670	23,9	16,4	88,4	599,9
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)																
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ПЛИНЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ		50				70				70						
КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)		120				150				150						
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ		180/10				190/10				190/10						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40				30				30						
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ(печенье)		0				0				50						
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		0				0				200						
Итого за прием пищи:		400	15,8	13,18	73,7	482,06	450	22,1	21,0	72,8	579,3	700	29,0	28,3	127,0	890,9
2 Ужин																
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)		0				0				180						
Итого за прием пищи:		0				0				180	5,1	4,4	7,0	92,5		
Всего за день:			50,5	43,8	188,5	1 402,8		68,6	64,4	218,6	1 807,4		80,6	76,1	279,8	2 151,5