

Утверждаю
Заведующий МОУ Детским садом № 309

В.В. Ужастова



МЕНЮ
на 29.05.2025 г.

(для детей дошкольного возраста 3 – 7 лет)

| <i>Прием пищи</i> | <i>Наименование</i> | <i>Выход</i> | |
|-----------------------------|--|---------------------------|--------------------------------------|
| | | <i>Масса порции грамм</i> | <i>Энергетическая ценность, ккал</i> |
| Завтрак: | | | |
| | Суп молочный с крупой гречневой | 180 | 125,3 |
| | Чай с лимоном | 180/10/7 | 41,7 |
| | Бутерброд с сыром | 40/5/15 | 182,3 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 200 | 91,2 |
| | <i>Итого за завтрак</i> | 637 | 440,5 |
| 10.00 | Сок яблочный | 200 | 83,4 |
| Обед: | | | |
| | Помидоры соленые | 60 | 8,1 |
| | Суп картофельный с бобовыми (горох) на м/к бульоне | 180 | 110,3 |
| | Тефтели с соусом (говядина) | 70/30 | 205,3 |
| | Макаронные изделия отварные с маслом | 130 | 188,4 |
| | Компот из сушеных фруктов | 200 | 61,9 |
| | Хлеб пеклеванный | 40 | 81,6 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 46,0 |
| | <i>Итого за обед</i> | 730 | 701,6 |
| Уплотненный полдник: | | | |
| | Котлета рубленая из птицы | 70 | 197,9 |
| | Пюре картофельное | 130 | 124,4 |
| | Чай с сахаром | 190/10 | 39,4 |
| | Булочка Веснушка | 50 | 160,9 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 118,4 |
| | <i>Итого за Уплотненный полдник</i> | 500 | 641,0 |
| | Итого за день: | | 1866,5 |
| Воспитатель: | | | |