

"Утверждаю"
Заведующий МБДОУ
"Детский сад № 4 «Ручей»"
пос. Шаумянского
Е.И. Лапина
2025
М.П.

На МЕНЮ
28.05 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Завтрак	Каша жидкая молочная ячневая	С	180/4,5	4,15	5,48	23,71	160,80
		Я	150/3,75	3,46	4,57	19,76	134,00
	Хлеб пшеничный. Сыр	С	20/15	5,07	4,71	9,84	102,00
	Российский 50%(порция)	Я	15/10	3,54	3,15	7,38	71,85
	Кофейный напиток с молоком питьевое пастеризованное 2,5% (1 вариант)	С	200	3,12	2,66	14,17	93,30
		Я	180	2,81	2,39	12,75	83,90
	Итого: сад	С	415	12,34	12,85	47,72	356,10
	Итого: ясли	Я	355	9,81	10,11	39,89	289,75
2-завтрак:							
Обед	Овощи отварные с маслом (морковь)	С	50	0,72	1,91	1,97	24,31
		Я	30	0,43	1,14	1,18	14,58
	Суп картофельный с макаронными изделиями	С	200	2,15	2,27	13,71	83,80
		Я	150	1,61	1,70	10,28	62,85
	Голубцы ленивые(Соус сметанный с томатом)	С	120/30	10,61	6,81	15,04	164,00
		Я	100/30	8,84	5,68	12,53	136,67
	Компот из смеси сухофруктов	С	180	0,50	0,00	24,66	100,66
		Я	150	0,42	0,00	20,50	83,88
	Хлеб пшеничный	С	40	3,04	0,32	19,68	94,00
		Я	30	2,28	0,24	14,76	70,50
	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	Итого: сад	С	657	19,49	11,76	87,58	532,02
	Итого: ясли	Я	520	15,56	9,12	69,27	420,68
Полдник	Вареники ленивые	С	120	21,21	16,93	21,08	324,70
		Я	100	16,88	13,48	16,92	258,82
	Соус молочный сладкий	С	30	0,58	1,36	3,98	30,45
		Я	30	0,58	1,36	3,98	30,45
	Кефир 2,5%	С	180	4,80	3,75	7,20	90,00
		Я	150	4,50	3,50	6,00	75,00
	Итого: сад	С	330	26,59	22,04	32,26	445,15
	Итого: ясли	Я	280	21,96	18,34	26,90	364,27
	Всего за день: сад	С	1187	49,20	36,46	134,01	1070,47
	Всего за день: ясли	Я	980	40,33	29,85	108,92	868,85
Стоимость дня			С	145,29			
			Я	118,31			