

"Утверждаю"
Заведующий МКДОУ
"Детский сад № 9 "Алёнка"
пос.Новоульяновского
_____ Н.В.Горлова
" 28 " марта 2025 г.

МЕНЮ

На 28 марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой рисовой (с маслом сливочным «Крестьянским 72,5 % жирн.)	180/2	4,33	4,57	15,14	119,16
	Хлеб формовой из пшеничной муки 1 сорта	20	1,52	0,16	10,00	47,00
	Масло сливочное «Крестьянское» (порциями)	7	0,06	5,08	0,10	46,20
	Чай с лимоном	200/11/8	0,13	0,02	11,30	45,50
II ЗАВТРАК	Плоды свежие (Яблоки)	1шт./100	0,40	0,40	9,80	44,00
ОБЕД	Овощи отварные с маслом растительным(свекла)	50	0,72	1,91	1,97	24,31
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,45	3,93	10,20	82,00
	Пампушки с чесноком	20	1,20	0,80	8,40	43,10
	Рыба, тушеная в томате с овощами	70/70	13,35	7,19	6,01	142,15
	Пюре картофельное	130	2,65	4,16	17,71	118,95
	Компот из смеси сушеных плодов	180	0,50	0,00	24,66	100,66
	Хлеб формовой из пшеничной муки 1 сорта	25	1,90	0,20	12,30	58,75
	Хлеб ржано-пшеничный	37	2,44	0,44	15,91	74,74
ПОЛДНИК	Шанежка наливная	60	4,69	4,14	30,28	177,19
	Кефир 2,5% жирн. или ряженка 2,5% жирн.	180	5,00	3,93	7,35	85,06
	Итого за день	1450	39,94	36,53	171,33	1164,77