

Утверждаю:
Заведующий
МДОУ Детский сад
№ 173 «Тополек»
Г.Н. Первухина

Меню приготавливаемых блюд на 04.04.2025 г.

5 день
1 неделя

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энерг. ценнос ть (ккал)	Вес блюда	Энерг. ценнос ть (ккал)
		<i>ясли</i>		<i>сад</i>	
День 5	Бутерброд с маслом	30/5	98	40/5	109
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	150/4	153	200/5	181
	Чай с лимоном и сахаром	180/7	18	180/10	25
Итого за завтрак		342	269	447	315
2-й завтрак	Сок грушевый	130	91	130	91
Итого за 2 завтрак		130	91	130	91
Обед	Хлеб ржаной	40	80	50	100
	Икра свекольная	40	42	60	66
	Суп «Снежок» на м/к бульоне	150	167	200	202
	Жаркое по-домашнему	150	180	180	223
	Компот из смеси сухофруктов	150	76	180	93
Итого за обед		530	545	670	684
Полдник	Фрукты свежие (яблоки)	100	47	100	47
	Кисломол. напиток (Ряженка) 2,5% ж	150	76,5	180	91,8
Итого за полдник		250	123,5	280	138,8
Ужин	Хлеб пшеничный	20	81	20	44
	Суп молочный с крупой	180	178	200	217
	Булочка дорожная	50	198	70	238
	Чай с сахаром	180	18	200	25
Итого за ужин		430	475	490	524
Итого за 5 день			1503,5		1752,8

Рекомендованный дома ужин:

- Овощное блюдо
- Компот из свежемороженых ягод
- фрукт

медсестра Мартынова Н.А. _____

