

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

Меню приготавливаемых блюд на 27.03.2025г

9 день  
2 неделя

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энерг. ценность (ккал)	Энерг. ценность (ккал)	
				Вес блюда	Энерг. ценность (ккал)
		<i>ясли</i>		<i>сад</i>	
День 9	<i>Бутерброд с маслом</i>	30/5	98	40/5	109
<i>Завтрак</i>	<i>Каша молочная «Дружба»</i>	150/4	139	200/5	154
	<i>Чай с лимоном и сахаром</i>	180/7	18	180/10	25
<b>Итого за завтрак</b>		<b>369</b>	<b>255</b>	<b>430</b>	<b>288</b>
<i>2-й завтрак</i>	<i>Сок грушевый</i>	130	91	130	91
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>130</b>	<b>91</b>	<b>130</b>	<b>91</b>
<i>Обед</i>	<i>Хлеб ржаной</i>	40	80	50	100
	<i>Сельдь слабосоленая</i>	35	47,7	35	47,7
	<i>Борщ "Сибирский" с фасолью и со сметаной</i>	150/8	63	200/10	107
	<i>Запеканка из печени</i>	60	161	70	198,1
	<i>Картофельное пюре</i>	130/4	109	150/5	137
	<i>Компот из изюма</i>	150	76	180	93
<b>Итого за обед</b>		<b>577</b>	<b>556,7</b>	<b>700</b>	<b>682,8</b>
<i>Полдник</i>	<i>Кисломол. напиток (Снежок) 2,5 % жс</i>	150	76,5	180	91,8
	<i>Печенье</i>	20	53	40	106
<b>Итого за полдник</b>		<b>170</b>	<b>129,5</b>	<b>220</b>	<b>197,8</b>
<i>Ужин</i>	<i>Хлеб пшеничный</i>	30	81	40	88
	<i>Сырники из творога с молоком сгущенным</i>	130/20	281,1	150/30	328,3
	<i>Фрукты свежие (яблоки)</i>	50	23,5	100	47
	<i>Чай с сахаром</i>	180	18	200	25
<b>Итого за ужин</b>		<b>410</b>	<b>403,6</b>	<b>520</b>	<b>488,3</b>
<b>Итого за девятый день</b>			<b>1435,8</b>		<b>1747,9</b>

Рекомендованный дома ужин:

- Овощное блюдо
- Компот из свежемороженых ягод
- фрукт

медсестра Мартынова Н.А. \_\_\_\_\_

