

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

Меню приготавливаемых блюд на 10.04.2025г

9 день
2 неделя

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энерг. ценность (ккал)	Энерг. ценность	
				Вес блюда	(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
Итого за завтрак		369	255	430	288
<i>2-й завтрак</i>	<i>Сок грушевый</i>	130	91	130	91
Итого за 2 завтрак		130	91	130	91
<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
Итого за обед		577	556,7	700	682,8
<i>Полдник</i>	<i>Кисломол. напиток (Снежок)2,5 % ж</i>	150	76,5	180	91,8
	<i>Печенье</i>	20	53	40	106
Итого за полдник		170	129,5	220	197,8
<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
Итого за ужин		410	403,6	520	488,3
Итого за девятый день			1435,8		1747,9

Рекомендованный дома ужин:

- Овощное блюдо
- Компот из свежзамороженных ягод
- фрукт

медсестра Мартынова Н.А. _____

