

Утверждаю: Кузнецова Т.В.

(подпись заведующей)

| Наименование учреждения: МАДОУ 48 | | | | | |
|------------------------------------|-----------------------------------|----------------|--------------|---------------------------------|---------------------------|
| Ежедневное меню на 03.08.25 1 день | | | | | |
| Возрастная категория 1-3 ; 3-7 лет | | | | | |
| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Вит «С» (мг) | Энергетическая ценность | Замена аллергикам |
| Завтрак | Каша пшеничная молочная вязкая | 150/180 | | 184,05/220,86 | Каша пшеничная без молока |
| | Кофейный напиток с молоком | 180/180 | | 91/91 | Чай с сахаром |
| | Батон нарезной | 15/20 | | 39,6/52,4 | |
| | Масло сливочное | 2/2 | | 14,96/14,96 | |
| | Джем | 10/20 | | 26,2/52,4 | |
| Итого завтрак: | | Вес: 357/402 | | Э/ценность: 355,81/431,62/3Ккал | |
| Обед | Салат из кукурузы | 35/50 | | 34,75/49,65 | |
| | Щи из свежей капусты с картофелем | 150/180 | | 68,83/61,02 | |
| | Тефтели мясные в соусе | 100/120 | | 142,5/171 | |
| | Макаронны отварные | 110/130 | | 139,59/164,97 | Греча отварная |
| | Напиток из плодов шиповника | 150/200 | 0/25/50 | 69/119,78 | Чай с сахаром |
| | Хлеб ржаной | 25/35 | | 50/70 | |
| Итого обед: | | Вес: 570/715 | | Э/ценность: 504,67/636,42Ккал | |
| Полдник | Чай с молоком | 200/250 | | 76/84 | Чай с сахаром |
| | Булочка домашняя | 45/60 | | 141,75/189 | |
| Итого полдник: | | Вес: 245/310 | | Э/ценность: 217,75/273Ккал | |
| Ужин | Салат из св. огурцов | 40/55 | | 26,92/37,01 | |
| | Зразы рыбные рубленые | 50/80 | | 43/68,8 | |
| | Картофельное пюре | 110/150 | | 100,65/137,25 | Рис отварной |
| | Сок вишневый | 210/230 | | 105/115 | Чай с сахаром |
| | Хлеб пшеничный | 15/15 | | 35,25/35,25 | |
| | Масло сливочное | 6/8 | | 44,88/59,84 | |
| Итого ужин: | | Вес: 431/538 | | Э/ценность: 355,7/453,15Ккал | |
| Итого за день: | | Вес: 1603/1965 | | Э/ценность: 1433,93/1794,19Ккал | |