

Утверждаю: Кузнецова Т.В.

(подпись заведующей)



Наименование учреждения: МАДОУ 48

Ежедневное меню на 04.02.25 4 день

Возрастная категория 1-3 ; 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Вит «С» (мг)	Энергетическая ценность (Ккал)	Замена аллергикам
Завтрак	Каша рисовая жидкая	150/220		160,5/235,4	Каша рисовая без молока
	Чай с сахаром	200/200		44,4/84,4	
	Батон	35/40		92,4/105,6	
	Сыр порциями	8/10		34,37/42,96	
<b>Итого завтрак:</b>		<b>Вес: 393/470</b>		<b>Э/ценность: 331,67/468,36 Ккал</b>	
Обед	Салат из свеклы с чесноком	40/50		36/45	
	Суп картофельный с макаронными изд..	150/180		96,41/108,5	
	Биточки из птицы	50/70		91,43/128	
	Капуста тушеная	110/145		79,2/104,4	
	Компот сливовый	180/180	0/50	136,06/148,06	
	Хлеб ржаной	20/30		40/60	
<b>Итого обед:</b>		<b>Вес: 565/670</b>		<b>Э/ценность: 479,1/593,96 Ккал</b>	
Полдник	Кефир	180/230		90/121,9	Чай с сахаром
	Вафли	20/30		70,8/106,2	
	Груша	90/120		41,4/55,2	
<b>Итого полдник:</b>		<b>Вес: 290/380</b>		<b>Э/ценность: 202,2/283,3 Ккал</b>	
Ужин	Салат из соленых огурцов с луком	40/50		24/30	
	Тефтели мясные в молочном соусе	50/50		85,5/85,5	
	Пюре картофельное с морковью	120/150		93,6/117	Греча отварная
	Компот из черной смородины	180/220		81,72/99,88	Чай с сахаром
	Хлеб пшеничный	30/50		70,5/117,5	
<b>Итого ужин:</b>		<b>Вес: 420/520</b>		<b>Э/ценность: 355,32/449,88 Ккал</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>Вес: 1668/2040</b>		<b>Э/ценность: 1368,29/1786,91 Ккал</b>	