

Утверждаю: Кузнецова Т.В.

(подпись заведующей)

Наименование учреждения: МАДОУ 48					
Ежедневное меню на 12.05.25 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		61,83/67,54	
	Тефтели мясные в соусе	100/120		171/211,32	
	Макароны отварные	110/130		169,59/197,54	Греча отварная
	Напиток из плодов шиповника	150/200	0/25/50	44,35/61,8	Чай с сахаром
	Хлеб ржаной	25/35		50/70	
Итого обед:		Вес: 570/715		Э/ценность: 531,52/657,85Ккал	
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: 1460,78/1815,62Ккал	