

Утверждаю: *Кузнецова Т.В.*
(подпись заведующей)

Наименование учреждения: **МАДОУ 48**

Ежедневное меню на *19.04.25* 2 день

Возрастная категория 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Вит «С» (мг)	Энергетическая ценность	Замена аллергикам
Завтрак	Омлет натуральный	110/135		184,46/226,38	Каши гречневая без молока
	Чай с лимоном	200/250		48/84	Чай с сахаром
	Батон	35/35		91,7/91,7	
	Повидло	8/25		20,96/65,5	
Итого завтрак:		Вес: 353/445		Э/ценность: 345,12/467,58 Ккал	
Обед	Салат из свежих помидоров с перцем	40/50		31,2/39	
	Суп картофельный с фрикадельками	150/180		144,6/176,16	
	Запеканка картофельная с печенью	130/150		167,37/193,12	
	Соус сметанный	20/20		14,82/14,82	
	Компот из черной смородины	150/200	0/50	80,1/118,8	Чай с сахаром
	Хлеб ржаной	20/50		40/100	
Итого обед:		Вес: 510/650		Э/ценность: 478,09/641,62 Ккал	
Полдник	Простокваша	180/220		91/111,22	Чай с сахаром
	Печенье	25/35		103/144,9	
Итого полдник:		Вес: 225/255		Э/ценность: 191/256,12 Ккал	
Ужин	Яблоко	135/150		69/79,35	
	Мясо тушеное	50/70		91/127,4	
	Капуста тушеная	120/130		86,4/93,6	
	Напиток клюквенный	200/200		41/41	Чай с сахаром
	Хлеб пшеничный	20/40		47/94	
Итого ужин:		Вес: 490/555		Э/ценность: 334,4/435,35	
Итого за день:		Вес: 1564/1905		Э/ценность: 1377,38/1800,95	