

УТВЕРЖДЕНО:
Заведующий МДОУ «Детский сад №3»



Е.Ю.Иванова

3 день 10-ти дневного меню (САД)				
Дата				
16.04.2025				
Прием пищи	Наименование блюд	выход блюда (гр)	Энерг,це нность (ккал)	
Завтрак	Икра кабачковая промышленного производства	50	71,7	
	Омлет натуральный	80	169,3	
	Чай с сахаром и лимоном	200/9/5	38,7	
	Хлеб пшеничный	40	93,2	
итого за завтрак		370	372,9	
Обед	Икра морковная	60	56,2	
	Суп рассольник Петербургский	200	69,8	
	Котлета из филе цыпленка бройлера	70	152,8	
	Каша гречневая вязкая	120/5	148	
	Кисель из сухофруктов	200/9	118,4	
	Хлеб пшеничный	40	93,2	
	Хлеб ржаной	40	52,2	
Итого за обед		730	690,6	
Полдник	Каша молочная пшеничная	180/5	200,3	
	Кофейный напиток с молоком	200/9	93,3	
	Кондитерское изделие (печенье)	20	137,2	
Итого за полдник		400	430,8	
Итого за день		1500	1494,3	
Стоимость за день	92 рубля 48 копеек			
3 день 10-ти дневного меню (ЯСЛИ)				
Дата				
16.04.2025				
Прием пищи	Наименование блюд	выход блюда	Энерг,це нность	
Завтрак	Икра кабачковая промышленного производства	30	52,16	
	Омлет натуральный	60	127	
	Чай с сахаром и лимоном	150/7/4	29	
	Хлеб пшеничный	30	69,9	
итого за завтрак		270	278,06	
Обед	Икра морковная	30	22,3	
	Суп рассольник Петербургский	150	52,3	
	Котлета из филе цыпленка бройлера	60	131	
	Каша гречневая вязкая	1/100	124	
	Кисель из сухофруктов	150/6	88,8	
	Хлеб пшеничный	30	69,9	
	Хлеб ржаной	30	39,15	
Итого за обед		730	527,45	
Полдник	Каша молочная пшеничная	150/3	166	
	Кофейный напиток с молоком	150/7	70	
	Кондитерское изделие (печенье)	20	137,2	
Итого за полдник		320	373,2	
Итого за день		1320	1178,71	
Стоимость за день	84 рубля 19 копеек			