

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий МДОУ «Детский сад №3»

Е.Ю.Иванова



Дата

22.04.2025

7 день 10-ти дневного меню (САД)

Прием пищи	Наименование блюд	выход блюда (гр)	Энерг,це нность (ккал)
Завтрак	Сыр Российский порционно	10	36
	Каша молочная жидкая рисовая	1/180	139
	Чай с сахаром и лимоном	200/9/5	38,7
	Хлеб пшеничный	40	93,2
итого за завтрак		430	306,9
Обед	Икра свекольная	60	56,2
	Суп картофельный с клецками	1/200	88
	Гуляш из отварной говядины	1/100	157,5
	Макароны отварные с маслом	1/120/5	132,4
	Компот из свежих фруктов	1/200	97,6
	Хлеб пшеничный	40	93,2
	Хлеб ржаной	40	52,2
Итого за обед		760	579,5
Полдник	Вареники ленивые со сметаной	1/80/5	188
	Чай с сахаром	1/200/9	37,3
Итого за полдник		280	225,3
Итого за день		1470	1111,7
Стоимость за день	166 рублей 85 копеек		

7 день 10-ти дневного меню (ЯСЛИ)

Дата	7 день 10-ти дневного меню (ЯСЛ)						
22.04.2025							
Прием пищи	Наименование блюд					выход блюда	Энерг,це нность
Завтрак	Сыр Российский порционно					5	18
	Каша молочная жидкая рисовая					1/150	116
	Чай с сахаром и лимоном					150/7/4	29
	Хлеб пшеничный					30	69,9
итого за завтрак						335	232,9
Обед	Икра свекольная					30	28,1
	Суп картофельный с клецками					1/150	66
	Биточки из говядины					60	139
	Макароны отварные с маслом					1/100/3	110,3
	Компот из свежих фруктов					150/6	73,2
	Хлеб пшеничный					30	69,9
	Хлеб ржаной					30	39,15
Итого за обед						550	525,65
Полдник	Вареники ленивые со сметаной					1/60/5	143,8
	Чай с сахаром					100/50/7	27,9
Итого за полдник						210	171,7
Итого за день						1095	930,25
Стоимость за день	105 рублей 13 копеек						