

Меню разработано на основе примерного меню и утверждённого СанПиНа	Утверждаю: Заведующий МДОБУ Г.В.Колоскова		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энерг. ценность, ккал		Витамины, С	
	1-3 г.	3-7 л.	1-3 г.	3-7 л.	1-3 г.	3-7 л.	1-3 г.	3-7 л.	1-3 г.	3-7 л.	1-3 г.	3-7 л.
МЕНЮ	1-3 г.	3-7 л.	1-3 г.	3-7 л.	1-3 г.	3-7 л.	1-3 г.	3-7 л.	1-3 г.	3-7 л.	1-3 г.	3-7 л.
20.06.2025 г.	Вес в гр.	Вес в гр.										
ЗАВТРАК № 1												
1. Каша молочная пшеничная	150	160	5,94	7,11	8,91	10,53	23,46	28,74	197,35	237,58	1,34	1,54
2. Чай с сахаром.	180	200	2	3	2,3	4,2	17	19	102	108	0,35	0,35
3. Бутерброд с маслом сливочным	20	25	3,12	4,49	7,07	8,48	7,75	10,32	107,3	135,88	0,06	0,09
8	10											
ЗАВТРАК № 2												
10.30 – Сок.	110	120	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	44	44	10	10
ОБЕД												
1. Борщ украинский на мясе кур.	180	200	1,386	1,733	3,924	4,905	9,764	12,21	80	100	6,43	8,038
2. Картофельное пюре.	100	120	2,43	3,64	3,58	5,37	24,45	36,67	140	210	0	0
3. Печень по-строгоновски	60	80	10,6	12,11	6,12	7,83	5,38	7,53	135,44	184,78	1,96	2,84
4. Помидор свежий.	20	25	0,49	0,74	0,038	0,05	4,64	6,96	20,92	31,38	1,92	2,88
5. Компот из сухофруктов	170	180	0,43	0,48	0	0	21,42	23,8	81	90	0,36	0,4
6. Хлеб ржаной	20	25	2,28	3,04	0,24	0,32	14,76	19,68	70,5	94	0	0
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК												
Натуральный омлет	90	100	1,38	2,48	6,18	11,1	8,4	15,1	94,8	170,6	10,2	18,3
Чай с сахаром.	170	180	0,06	0,07	0,02	0,03	13	15	58,38	60,46	0,02	0,03
Хлеб пшеничный.	20	25	2,28	3,04	0,24	0,32	14,76	19,68	70,5	94	0	0
Итого:	1 298	1 450	32,80	42,33	39,02	53,54	174,58	224,49	1 202,19	1 560,68	32,64	44,47
Стоимость 1 дня:	119,72	121,83										

Приятного аппетита!