

Заведующий МБДОУ д/с №75 (Пшеничных Л.А.)

УТВЕРЖДАЮ

05.06.2025

детский сад № 75
г. Белгорода

Меню на 05.06.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал		№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1											
Каша манная на молоке	180	200	6,93	7,7	8,01	8,9	28,71	31,9	237,42	263,8	164
Чай с сахаром	180	200	10,8	12	2,75	3,06	11,7	13	44,35	49,28	89
Бутерброд с маслом	50	52	1	1,04	4,59	4,77	6,92	7,2	73,32	76,26	159
Каша пшенная диетическая	0	120	0	4,06	0	6,26	0	15,52	0	134,96	186
Итого за завтрак 1	410	572	18,73	24,8	15,35	22,99	47,33	67,62	355,09	524,3	
Завтрак 2											
Яблоко свежее	105	130	0,45	0,56	0,45	0,56	10,58	13,1	47,44	58,74	79
Итого за завтрак 2	105	130	0,45	0,56	0,45	0,56	10,58	13,1	47,44	58,74	
Обед											
Суп вермишелевый с мясом курицы	200	250	1,6	2	2	2,5	10,72	13,4	68,24	85,3	12
Голубцы ленивые	160	180	9,62	10,82	10,76	12,11	2,85	3,21	167,37	188,31	36
Компот из сухофруктов	180	200	0,54	0,6	0,09	0,1	22,95	25,5	89,1	99	137
Хлеб ржаной	40	49	2,4	2,94	0,4	0,49	17,72	21,71	75,54	92,54	2
Итого за обед	580	679	14,16	16,36	13,25	15,2	54,24	63,82	400,25	465,15	
Полдник											
Кефир	130	150	3,76	4,34	4,19	4,88	5,2	6	72,49	83,65	144
Булка	38	38	7,13	7,13	2,38	2,38	49,4	49,4	246,57	246,57	75
Итого за полдник	168	188	10,89	11,47	6,57	7,21	54,6	55,4	319,06	330,22	
Ужин 1											
Вареники ленивые отварные со сметаной	130	130	16,82	16,82	13,36	13,36	23,49	23,49	285,08	285,08	150
Какао с молоком	180	200	5,87	6,52	5,81	6,46	22,52	25,02	167,4	186	90
Каша гречневая рассыпчатая диетическая	0	120	0	3,2	0	0,8	0	17,1	0	90	182
Итого за ужин 1	310	450	22,69	26,54	19,17	20,62	46,01	65,61	452,48	561,08	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1573	2019	66,92	79,73	54,79	66,58	212,76	265,55	1574,3	1939,5	

Исполнитель: Медсестра  ()