Заведующий МБДОУ «Ромашка»
Утверждаю: Петрова Е.К.

Дата: «08» июля 2025 г.

Меню

| 7 день | Выход | | Белки | | Жиры | | Углеводы | | Ккал | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | |
| Пудинг из творога (запеченный) | 0,130 | 0,150 | 19,68 | 22,71 | 13,99 | 16,14 | 31,64 | 36,51 | 330,20 | 381,00 |
| Молоко сгущённое | 0,020 | 0,040 | 1,83 | 2,03 | 1,63 | 1,81 | 3,02 | 3,36 | 34,00 | 37,78 |
| Батон | 0,027 | 0,03 | 2,90 | 3,30 | 1,20 | 1,50 | 11,80 | 13,20 | 74,00 | 82,20 |
| Масло сливочное | 0,003 | 0,003 | 0,00 | 0,00 | 2,18 | 2,18 | 0,04 | 0,04 | 19,80 | 19,80 |
| Какао с молоком | 0,150 | 0,180 | 3,15 | 3,67 | 2,72 | 3,19 | 12,96 | 15,82 | 89,00 | 107,00 |
| **Второй завтрак** | | | | | | | | | | |
| Плоды свежие | 0,105 | 0,110 | 0,44 | 0,46 | 0,44 | 0,46 | 10,72 | 11,23 | 48,13 | 50,42 |
| **Обед** | | | | | | | | | | |
| Икра свекольная | 0,030 | 0,040 | 0,34 | 0,45 | 3,41 | 4,55 | 3,15 | 4,20 | 45,41 | 60,55 |
| Рассольник ленинградский | 0,160 | 0,200 | 1,34 | 1,68 | 3,27 | 4,09 | 10,61 | 13,27 | 77,28 | 96,60 |
| Оладьи из печени | 0,085 | 0,110 | 65,54 | 84,81 | 9,22 | 11,94 | 3,20 | 4,15 | 160,97 | 208,32 |
| Картофель отварной | 0,100 | 0,110 | 1,91 | 2,10 | 2,88 | 3,17 | 15,35 | 16,88 | 94,90 | 104,39 |
| Компот из свежих плодов | 0,160 | 0,180 | 0,13 | 0,14 | 0,13 | 0,14 | 19,10 | 21,49 | 78,08 | 87,84 |
| Хлеб пшеничный | 0,010 | 0,010 | 1,10 | 1,10 | 0,50 | 0,50 | 4,40 | 4,40 | 27,40 | 27,40 |
| Хлеб ржаной | 0,032 | 0,040 | 1,92 | 2,40 | 0,32 | 0,40 | 14,24 | 17,80 | 69,44 | 86,80 |
| **Полдник** | | | | | | | | | | |
| Рогалик с повидлом | 0,050 | 0,070 | 3,07 | 4,30 | 2,36 | 3,30 | 25,31 | 35,44 | 134,94 | 188,91 |
| Овощи соленые | 0,050 | 0,050 | 0,58 | 0,58 | 0,01 | 0,01 | 1,92 | 1,92 | 12,00 | 12,00 |
| Котлеты с яблоками | 0,050 | 0,060 | 6,81 | 8,17 | 5,69 | 6,82 | 5,16 | 6,20 | 99,16 | 119,00 |
| Каша рассыпчатая | 0,100 | 0,110 | 5,74 | 6,31 | 4,06 | 4,47 | 25,76 | 28,34 | 162,50 | 178,75 |
| Чай с лимоном | 0,150 | 0,180 | 0,09 | 0,11 | 0,02 | 0,02 | 7,76 | 9,32 | 31,22 | 37,46 |
| Хлеб пшеничный | 0,010 | 0,020 | 1,10 | 2,10 | 0,50 | 0,90 | 4,40 | 8,70 | 27,40 | 54,80 |
| **итого** | | | 117,656 | 146,419 | 54,509 | 65,574 | 210,562 | 252,252 | 1615,829 | 1941,012 |
| ***Специалист по питанию Сенив М.В.*** | | | | | | | | | | |
| ***Повар Коптева С.А.*** | | | | | | | | | | |