

Утверждаю
 ИО Заведующего _____ Г.Б.Никитина

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
 Кизнерский детский сад общеразвивающего вида №5 "Сказка"

Меню на первую неделю ЧЕТВЕРГ

7/3/2025

№ рец.	прием пищи, наименование блюд	масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Вит. С	Цена порции
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
	завтрак							
	Хлеб пшеничный	20	1.62	0.2	9.76	48.4		1.64
	Каша молочная пшеничная	150	5.58	6.05	26.46	182.94	0	11.35
	Чай с сахаром	180	0.06	0.01	9.99	39.99	0.02	0.76
	всего в завтрак	350	7.26	6.26	46.21	271.33	0.02	13.75
	второй завтрак							
	Яблоко	100	1.5	0	22.4	91	10	15.6
	всего во второй завтрак	100	1.5	0	22.4	91	10	15.6
	обед							
	Хлеб пшеничный	20	1.62	0.2	9.76	48.4		1.64
	Хлеб ржаной	40	5.2	1.2	16	100		2.83
	Салат из отварной свеклы	50	0.72	3.05	4.18	47	4.75	2.52
	геркулесовой крупой мясном бульоне со сметаной	180	1.6	2.14	10.17	66.42	5.94	5.28
	Каша гречневая рассыпчатая	120	6.84	4.92	30.91	195		8.44
	Фрикадельки мясные в томатном соусе	60	9.78	9.85	8.96	164	0.53	29.3
	Компот из смеси сухофруктов	180	0.44	0.02	24.37	102.6	0.36	2.8
	всего в обед	650	26.2	21.38	104.35	723.42	11.58	52.81
	полдник							
	Булочка Веснушка	45	3.47	3.32	26.54	149.85	0	2.76
	Какао с молоком	180	3.67	3.19	15.82	107	1.2	6.17
	всего в полдник	225	7.14	6.51	42.36	256.85	1.2	8.93
	всего		42.1	34.15	215.32	1342.6	22.8	91.09