

Утверждаю

ИО Заведующего \_\_\_\_\_ Г.Б.Никитина

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

Меню на вторую неделю СРЕДА

6/25/2025

| №<br>рец. | Прием пищи, наименование<br>блюда                       | масса<br>порции | Пищевые вещества |              |               | Энергетиче<br>ская<br>ценность<br>(ккал) | Вит. С       | Цена<br>порции |
|-----------|---------------------------------------------------------|-----------------|------------------|--------------|---------------|------------------------------------------|--------------|----------------|
|           |                                                         |                 | Б                | Ж            | У             |                                          |              |                |
| 1         | 2                                                       | 3               | 4                | 5            | 6             | 7                                        | 8            | 9              |
|           | <b>завтрак</b>                                          |                 |                  |              |               |                                          |              |                |
|           | Бутерброд с сыром                                       | 30              | 1.62             | 0.2          | 9.76          | 48.4                                     |              | 7.64           |
|           | Каша молочная манная                                    | 150             | 4.7              | 6.04         | 23.32         | 166.52                                   | 0.83         | 10.35          |
|           | Чай с молоком                                           | 180             | 2.67             | 2.34         | 14.31         | 89                                       | 0.03         | 5.02           |
|           | <b>всего в завтрак</b>                                  | <b>360</b>      | <b>4.6</b>       | <b>6.03</b>  | <b>23.31</b>  | <b>166.1</b>                             | <b>0.86</b>  | <b>23.01</b>   |
|           |                                                         |                 |                  |              |               |                                          |              |                |
|           | <b>второй завтрак</b>                                   |                 |                  |              |               |                                          |              |                |
|           | Напиток из шиповника                                    | 100             | 0.34             | 9.46         | 4             | 40.67                                    | 50           | 2.74           |
|           | Кондитерские изделия<br>(печенье, пряники, маффины)     | 12              | 0.8              | 0            | 7.9           | 54.6                                     | 2            | 3              |
|           | <b>всего во второй завтрак</b>                          | <b>112</b>      | <b>1.14</b>      | <b>9.46</b>  | <b>11.9</b>   | <b>95.27</b>                             | <b>52</b>    | <b>5.74</b>    |
|           |                                                         |                 |                  |              |               |                                          |              |                |
|           | <b>обед</b>                                             |                 |                  |              |               |                                          |              |                |
|           | Хлеб пшеничный                                          | 20              | 1.62             | 0.2          | 9.76          | 48.4                                     |              | 1.64           |
|           | Хлеб ржаной                                             | 40              | 5.2              | 1.2          | 16            | 100                                      |              | 2.84           |
|           | Салат из квашеной капусты                               | 50              | 0.86             | 2.5          | 4.2           | 42.9                                     | 9.9          | 5.77           |
|           | Суп картофельный с овсяной<br>крупой на курином бульоне | 180             | 2.02             | 2.36         | 76.5          | 76                                       | 5.94         | 8.27           |
|           | Каша пшенная рассыпчатая                                | 120             | 5.28             | 4.57         | 30.3          | 183.6                                    |              | 9.14           |
|           | Котлета мясная                                          | 60              | 8.44             | 6.88         | 6.13          | 119.26                                   | 0.7          | 23.59          |
|           | Компот из смеси сухофруктов                             | 180             | 0.4              | 0.02         | 24.98         | 102.6                                    | 0.36         | 2.8            |
|           |                                                         |                 |                  |              |               |                                          |              |                |
|           | <b>всего в обед</b>                                     | <b>650</b>      | <b>23.82</b>     | <b>17.73</b> | <b>167.87</b> | <b>672.76</b>                            | <b>16.9</b>  | <b>54.05</b>   |
|           |                                                         |                 |                  |              |               |                                          |              |                |
|           | <b>полдник</b>                                          |                 |                  |              |               |                                          |              |                |
|           | Хлеб пшеничный                                          | 20              | 1.62             | 0.2          | 9.76          | 48.4                                     |              | 1.64           |
|           | Каша молочная гречневая                                 | 150             | 5.42             | 5            | 29.66         | 185.15                                   | 1.17         | 14.15          |
|           | Чай с сахаром                                           | 180             | 0.08             | 0.01         | 8.52          | 34.8                                     | 1.7          | 0.76           |
|           |                                                         |                 |                  |              |               |                                          |              |                |
|           | <b>всего в полдник</b>                                  | <b>350</b>      | <b>7.12</b>      | <b>5.21</b>  | <b>47.94</b>  | <b>268.35</b>                            | <b>2.87</b>  | <b>16.55</b>   |
|           | <b>всего</b>                                            |                 | <b>36.68</b>     | <b>38.43</b> | <b>251.02</b> | <b>1202.48</b>                           | <b>72.63</b> | <b>99.35</b>   |
|           |                                                         |                 |                  |              |               |                                          |              |                |
|           |                                                         |                 |                  |              |               |                                          |              |                |
|           |                                                         |                 |                  |              |               |                                          |              |                |

