

УТВЕРЖДАЮ:
 Заведующий МБДОУ ДС
 «Колокольчик» г.Волгодонска
 _____ Л.А. Панферова

Меню
"13" июня 2025
Возрастная категория с 1 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
завтрак	Масло сливочное	5	0,07	3,63	0,05	33,05
	Суп молочный с крупой гречневой	150	3,71	4,55	13,97	111,48
	Кофейный напиток с молоком	150	2,09	2,39	14,78	89,02
	Хлеб пшеничный	30	2,55	0,3	14,48	70,8
ИТОГО за завтрак			8,42	10,87	43,28	304,35
второй завтрак	Ряженка	100	2,8	2,5	4,2	51
обед	Щи из свежей капусты с картофелем	150	1,25	3,8	6,38	64,7
	Оладьи из печени	85	14,73	11,95	9,85	193,56
	Картофельное пюре	120	2,56	4,85	18,64	128,36
	Свекла отварная	40	0,44	1,5	2,48	26,57
	Компот из сушеных яблок	150	0,25	0	17	68,99
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,68	72,4
ИТОГО за обед			21,9	22,58	71,95	555
уплотненный полдник	Омлет с зелёным горошком	130	8,87	10,83	4,33	150,3
	Винегрет овощной	110	1,4	11,2	9,2	142,2
	Чай с лимоном	150	0,05	0,008	11,48	46,22
	Хлеб пшеничный	30	2,55	0,3	14,48	70,8
ИТОГО за уплотненный полдник			12,9	22	40	409,5
ИТОГО за день			46	58	159,43	1320

Меню
"13" июня 2025
Возрастная категория с 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	

завтрак	Масло сливочное	5	0,07	3,63	0,05	33,05
	Суп молочный с крупой гречневой	205	7,94	8,21	35,13	246,17
	Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,3	94,4
ИТОГО за завтрак				14	15,43	74,19
второй завтрак	Ряженка	100	2,8	2,5	4,2	51
обед	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,66	5,06	8,51	86,26
	Оладьи из печени	101	17,5	14,2	11,7	230
	Картофельное пюре	150	3,2	6,06	23,3	160,4
	Свекла отварная	60	0,67	2,25	3,73	39,85
	Компот из сушеных яблок	200	0,33	0	22,66	91,98
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	17,1	90,5
ИТОГО за обед				26,7	28,17	92,23
уплотненный полдник	Омлет с зелёным горошком	150	10,24	12,5	5	173,46
	Винегрет овощной	130	1,6	13,2	10,83	168
	Чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,3	94,4
ИТОГО за уплотненный полдник				15,1	26,1	50,44
ИТОГО за день				58,6	72	221,1

