Утверждаю:

ВриоЗаведующиегоМБДОУ «Улыбка»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_Трусенко Е.Г.

Дата: «01» июля2025г

Меню 7 д. 

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Выход** | | **Белки** | | **Жиры** | | **Углеводы** | | **Ккал** | |
|  | **ясли** | **сад** | **ясли** | **сад** | **ясли** | **сад** | **ясли** | **сад** | **ясли** | **сад** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | |
| **Суп молочный с крупой** | 150 | 180 | 4,48 | 5,38 | 4,11 | 4,93 | 12,81 | 15,37 | 106,2 | 127,44 |
| **Бутерброд с маслом сливочным** | 20\5 | 30\5 | 1,54 | 2,16 | 4,73 | 6,62 | 9,13 | 12,78 | 85 | 119 |
| **Чай с лимоном** | 150/7/3,5 | 18\10\7 | 0,07 | 0,084 | 0,01 | 0,012 | 7,1 | 8,52 | 29 | 34,8 |
| **2 Завтрак** | | | | | | | | | | |
| **Фрукты свежие** | 60 | 70 | 0,24 | 0,28 | 0,24 | 0,28 | 5,88 | 6,86 | 26,4 | 30,8 |
| **Обед** | | | | | | | | | | |
| **Икра овощная сборная** | 45 | 50 | 0,45 | 0,5 | 2,48 | 2,76 | 2,74 | 3,04 | 35,85 | 39,83 |
| **Суп картофельный с крупой** | 180 | 200 | 1,42 | 1,58 | 1,96 | 2,18 | 10,49 | 11,66 | 65,34 | 72,6 |
| **Макаронник с печенью говяжьей с маслом сливочным** | 120\5 | 160\5 | 11,69 | 15,43 | 5,39 | 7,11 | 27,09 | 35,76 | 204 | 269,28 |
| **Кисель из яблок** | 150 | 180 | 0,081 | 0,1 | 0,09 | 0,11 | 18,82 | 22,58 | 89,4 | 107,28 |
| **Хлеб ржаной** | 30 | 40 | 1,98 | 2,64 | 1,03 | 1,37 | 10,02 | 13,36 | 52,2 | 69,6 |
| **Хлеб пшеничный** | 20 | 30 | 1,59 | 2,39 | 0,2 | 0,3 | 9,7 | 14,55 | 47,3 | 70,95 |
| **Полдник** | | | | | | | | | | |
| **Рогалик с повидлом** | 80 | 80 | 4,9 | 4,9 | 3,8 | 3,8 | 40,5 | 40,5 | 215,9 | 215,9 |
| **Кофейный напиток с молоком** | 150 | 180 | 2,38 | 2,856 | 2 | 2,4 | 11,96 | 14,352 | 75,83 | 90,996 |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ** | 1165 | 1390 | 30,82 | 38,28 | 26,04 | 31,88 | 166,24 | 199,34 | 1032,42 | 1248,48 |
| **Повар Гладышева С.В.** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |