

Ежедневное меню основного (организованного) питания



9 группа

14 марта 2025

<i>Завтрак 8-30</i>	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Вит С мг
<i>Каша пшеничная молочная с маслом сливочным</i>	130	7,4	7,9	32,1	158,0	1,3
<i>Батон с сыром</i>	30	3,9	7,7	23,6	181	0
<i>Кофейный напиток с молоком</i>	150	1,4	1,4	11,2	61	0,25
Второй завтрак 10-30 <i>Сок</i>	100	0,4	0,4	9,8	42,2	10
Обед 12-00						
<i>Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и растительным маслом</i>	30	1,12	4,42	6,74	77,11	1,1
<i>Суп крестьянский с крупой и сметаной</i>	150	2,3	4,3	15	97	0,6
<i>Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины</i>	150	17,3	17,3	2,2	233	0,3
<i>Компот из сухофруктов</i>	150	0,5	0	19,9	72	50,2
<i>Хлеб ржаной</i>	30	2,0	3,7	13,2	90	0
Уплотненный полдник 15-30						
<i>Суфле рыбное</i>	50	3,1	4,2	22,3	134	0,1
<i>Каша рисовая рассыпчатая</i>	100	0	0	9,1	35	0,9
<i>Хлеб пшеничный</i>	15	2,0	3,7	13,2	90	0
<i>Мармелад</i>	15	5,3	3,9	33,8	188	0,6
<i>Чай</i>	150	0	0	0,021	90	0,2
Итого		63,4	62,7	217	1555	

Рекомендации на домашний ужин:
Фрукты, кисломолочные продукты

Стоимость дня 128,33 руб

**Ежедневное меню
основного
(организованного)
питания**



Утверждаю
Заведующий МАДОУ-
детского сада № 106
Ю.А.Баранова
14.03.2025 г.

14 марта 2025

<i>Завтрак 8-30</i>	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Вит С мг
<i>Каша пшеничная молочная с маслом сливочным</i>	150	7,4	7,9	32,1	158,0	1,3
<i>Батон с сыром</i>	45	3,9	7,7	23,6	181	0
<i>Кофейный напиток с молоком</i>	180	1,4	1,4	11,2	61	0,25
<i>Второй завтрак 10-30</i>						
<i>Сок</i>	100	0,4	0,4	9,8	42,2	10
<i>Обед 12-00</i>						
<i>Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и растительным маслом</i>	50	1,12	6,74	4,42	77,11	1,1
<i>Суп крестьянский с крупой и сметаной</i>	180	2,3	4,3	15	97	0,6
<i>Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины</i>	180	17,3	17,3	2,2	233	0,3
<i>Компот из сухофруктов</i>	180	0,5	0	19,9	72	50,2
<i>Хлеб ржаной</i>	35	2,0	3,7	13,2	90	0
<i>Уплотненный полдник 15-30</i>						
<i>Рыба в молочном соусе</i>	70	3,1	4,2	22,3	134	0,1
<i>Каша рисовая рассыпчатая</i>	100	0	0	9,1	35	0,9
<i>Хлеб пшеничный</i>	25	2,0	3,7	13,2	90	0
<i>Мармелад</i>	15	5,3	3,9	33,8	188	0,6
<i>Чай</i>	180	0	0	0,021	90	0,2
<i>Итого</i>		63,4	62,7	217	1555	

Рекомендации на домашний ужин:
Фрукты, кисломолочные продукты

Стоимость дня: 134,23руб

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 303540294533635982749676679132712847518854643048

Владелец Баранова Юлия Александровна

Действителен с 10.03.2025 по 10.03.2026