

МКДОУ "Детский сад №21 "Солнышко"  
 Левокумского муниципального округа  
 Ставропольского края

МКДОУ "Детский сад №21 "Солнышко "  
 Левокумского муниципального округа  
 Ставропольского края

2 ранн

день 2

день 2

Меню 01.04.2025г. сад

Меню 01.04.2025г.

Завтрак

Завтрак

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые вещества			ккал	номер рецептуры
		Белки	Жиры, г	Углевод		
пеканка из творога	90	15	11	24,34	237	237
й с лимоном	180	0,1	0,02	10,2	41	393
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>270</b>	<b>16</b>	<b>11,02</b>	<b>34,54</b>	<b>278</b>	

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые вещества			ккал
		Белки	Жиры, г	Углевод	
Запеканка из творога	65	14,61	11	17,72	228
Чай с лимоном	150	0,07	0,01	7,1	29
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>215</b>	<b>14,68</b>	<b>11,01</b>	<b>24,82</b>	<b>257</b>

Обед

Обед

картофельный с горохом	180	4	3,8	11,75	97	81
пельмени мясные отварные	154	21	12,45	36,05	341	440
котлет из свежих яблок	180	0,1	0,14	21,49	87,8	373
хлеб пшеничный	30	3,00	0,45	16,5	82,5	
хлеб ржаной	20	1	0,84	15,3	67,5	
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>564</b>	<b>29</b>	<b>17,68</b>	<b>101,09</b>	<b>676</b>	

Суп картофельный с горохом	150	3,29	3,16	9,79	80,9	
Пельмени мясные отварные	103	15,85	9,35	27,08	256	
компот из свежих яблок	150	0,12	0,12	17,91	73,2	
хлеб пшеничный	30	3,16	0,08	19,32	94,4	
хлеб ржаной	20	1,07	0,45	8	34,9	
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>453</b>	<b>23,49</b>	<b>13,16</b>	<b>82,1</b>	<b>540</b>	

Полдник

Полдник

печенье пром. проз-ва	30	2,7	1,65	18,3	197	
чай с сахаром	180	0	0,01	6,99	28	392
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>215</b>	<b>5,4</b>	<b>9,1</b>	<b>37,2</b>	<b>270</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>1049</b>	<b>50</b>	<b>37,8</b>	<b>172,83</b>	<b>1224</b>	

Печенье пром. проз-ва	30	2,7	1,65	18,3	197	
чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	
<b>Итого за приём пищи:</b>	<b>225</b>	<b>5,4</b>	<b>9,1</b>	<b>37,2</b>	<b>270</b>	
<b>Итого за день:</b>	<b>893</b>	<b>43,57</b>	<b>33,27</b>	<b>144,12</b>	<b>1067</b>	



Лесных О.Н.



Лесных О.Н.