

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

Меню 05.05.2025г.

МКДОУ "Детский сад №21 "Солнышко "
Левокумского муниципального округа
Ставропольского края
Меню 05.05. 2025г.

2 ранняя

ДЕНЬ 1

сад

Завтрак

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые вещества			ккал
	порции	Белки	Жиры, г	Углевод	
молочный с крупой рисовой	150	4,4	4,11	13,93	110
хлеб пшеничный	30	3	0,45	16,5	82,5
с сахаром	180	0,1	0,02	9,99	40
Итого за приём пищи:	376	7,4	4,58	40,42	233
Обед					
картофельный с крупой	180	1,9	2,02	12,34	75,2
котлета рыбная запеченая	70	11	3,76	7,76	107
пюре картофельное	130	3,6	4,16	17,72	119
соус сметанный	30	0,5	1,5	2,11	24
салат из моркови	50	1	3,4	6,9	62,5
хлеб пшеничный	30	3,2	0,08	19,32	94,4
хлеб ржаной	30	1,1	0,45	8	34,9
компот из смеси с/ф	180	0,4	0,02	24,99	102
Итого за приём пищи:	700	22	15,39	99,14	619
Полдник					
выпечка пром.ппроизв.	30	2,7	1,65	18,3	197
какао с молоком	180	3,2	2,72	12,96	89
Итого за приём пищи:	210	5,9	4,37	31,26	286
Итого за день:	1286	36	24,34	170,82	1138

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые вещества			ккал	номер рецептуры
	порции	Белки	Жиры, г	Углевод		
Суп молочный с крупой рисовой	150	4,35	4,11	13,93	110	94
Хлеб пшеничный	30	3,00	0,45	16,5	82,5	
Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	392
Итого за приём пищи:	330	7,39	4,57	37,42	221	
Обед						
суп картофельный с крупой	150	1,6	1,68	10,28	62,7	80
Котлета рыбная запеченая	50	6,38	5,64	4,5	95	255
Пюре картофельное	110	2,24	3,52	14,99	101	321
Соус сметанный	15	0,2	0,75	0,88	11,1	354
Салат из моркови	30	0,63	2,04	4,14	37,5	41
Хлеб пшеничный	30	3,00	0,45	16,5	82,5	
Хлеб ржаной	30	0,96	0,84	15,3	67,5	
Компот из смеси с/ф	150	0,06	0	16,68	65,7	376
Итого за приём пищи:	550	15,07	14,92	83,27	523	
Полдник						
Выпечка пром.ппроизв.	30	2,72	1,65	18,3	197	
какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89	397
Итого за приём пищи:	180	5,87	4,37	31,26	286	
Всего за день:	1060	28,33	23,86	151,95	1030	



Лесных О.Н.



Лесных О.Н.