

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

Меню 07.04.2025г.
 сад

6

Завтрак

| Прием пищи, наименование | Масса порции | Пищевые вещества | | | ккал | номер рецептуры |
|-------------------------------|--------------|------------------|--------------|----------------|-------------|-----------------|
| | | Белки | Жиры,г | Углевод | | |
| молочная пшенная | 150 | 4,3 | 4,86 | 29,32 | 178 | 168 |
| пшеничный | 30 | 3,00 | 0,45 | 16,5 | 82,5 | |
| лимоном | 180 | 0,1 | 0,02 | 10,2 | 41 | 393 |
| Итого за приём пищи: | 360 | 7,4 | 5,33 | 56,02 | 302 | |
| | | | | Обед | | |
| картофельный с рисовой крупой | 180 | 1 | 3,61 | 5,27 | 57,4 | 80 |
| филе из говядины | 80 | 18 | 19,36 | 22,35 | 334 | 286 |
| макаронные изделия отварные | 135 | 6,6 | 5,66 | 31,47 | 241 | 205 |
| сметанный с луком | 30 | 0,5 | 1,67 | 3,87 | 48,5 | 356 |
| пшеничный | 30 | 3,00 | 0,45 | 16,5 | 82,5 | |
| ржаной | 30 | 1 | 0,84 | 15,3 | 67,5 | |
| компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,3 | 0,02 | 20,83 | 84,8 | 376 |
| Итого за приём пищи: | 665 | | | | | |
| | | | | Полдник | | |
| печенье | 30 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61,2 | |
| сок | 100 | 0,1 | | 10,1 | 42,2 | 399 |
| Итого за приём пищи: | 130 | 32 | 31,91 | 138,39 | 1020 | |
| Итого за день: | 1155 | 39 | 37,24 | 194,41 | 1321 | |

Лесных О.Н.

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

Меню 07.04.2025 г.

ДЕНЬ 6

2 ранняя

Завтрак

| Прием пищи, наименование | Масса порции | Пищевые вещества | | | ккал | номер рецептуры |
|-----------------------------------|--------------|------------------|--------------|----------------|--------------|-----------------|
| | | Белки | Жиры,г | Углевод | | |
| каша молочная пшенная | 150 | 4,27 | 4,86 | 29,3 | 178 | 1 |
| хлеб пшеничный | 30 | 3,00 | 0,45 | 16,5 | 82,5 | |
| чай с сахаром и лимоном | 150 | 0,04 | 0,01 | 6,99 | 29 | 3 |
| Итого за приём пищи: | 330 | 7,31 | 5,32 | 52,8 | 289,5 | |
| | | | | Обед | | |
| суп картофельный с рисовой крупой | 150 | 1,6 | 1,68 | 10,3 | 62,7 | |
| тефтели из говядины | 60 | 13,62 | 14,93 | 17,2 | 257,8 | 2 |
| макаронные изделия отварные | 110 | 6,25 | 4,79 | 30 | 188,1 | 2 |
| Соус сметанный | 15 | 0,2 | 0,75 | 0,88 | 11,12 | 3 |
| 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 сухофруктов | 150 | 6,84 | 8,01 | 40,1 | 260 | 3 |
| Итого за приём пищи: | 545 | 32,47 | 31,45 | 130 | 929,8 | |
| | | | | Полдник | | |
| печенье | 30 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61,2 | |
| сок | 100 | 0,5 | | 10,1 | 42,22 | 3 |
| Итого за приём пищи: | 130 | 67,44 | 63,2 | 283 | 1963 | |
| Всего за день: | 1005 | 107,2 | 99,97 | 466 | 3182 | |

Лесных О.Н.

Заведующий

