

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

Меню  
 07.05.2025г. 2 ранняя

| Прием пищи, наименование | Масса порции | Пищевые вещества |         |            | ккал | номер рецептуры |
|--------------------------|--------------|------------------|---------|------------|------|-----------------|
|                          |              | Белки, г         | Жиры, г | Углевод, г |      |                 |
| овсяная молочная         | 150          | 15,4             | 14,4    | 3,4        | 204  | 185             |
| пшеничный                | 30           | 3,00             | 0,45    | 16,5       | 82,5 |                 |
| сахаром                  | 150          | 0,04             | 0,01    | 6,99       | 28   | 393             |
| за приём пищи:           | 330          | 18,44            | 14,86   | 26,89      | 314  |                 |
|                          |              |                  |         | Обед       |      |                 |
| картофельный с клёцками  | 150          | 1,72             | 1,85    | 10,29      | 62,9 | 108             |
| ль из говядины           | 50           | 7,78             | 5,78    | 7,85       | 114  | 282             |
| тушеная                  | 110          | 1,98             | 3,71    | 9,49       | 79   | 132             |
| пшеничный                | 30           | 3,16             | 0,08    | 19,32      | 94,4 |                 |
| каной                    | 30           | 1,07             | 0,45    | 8          | 34,9 |                 |
| из свежих яблок          | 150          | 0,012            | 0,12    | 17,91      | 73,2 | 373             |
| а приём пищи:            | 520          | 15,72            | 11,99   | 72,86      | 459  |                 |
|                          |              |                  |         | Полдник    |      |                 |
| ки с повидлом            | 55           | 2,61             | 4,82    | 14,94      | 114  | 447             |
| харом                    | 150          | 0,04             | 0,01    | 6,99       | 28   | 392             |
| а приём пищи:            | 205          |                  |         |            |      |                 |
| День:                    | 1055         | 34,16            | 26,85   | 99,75      | 773  |                 |

Лесных О.Н.

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

день 10

Меню 07.05.2025г. сад

| Прием пищи, наименование    | Масса порции | Пищевые вещества |         |            | ккал | номер рецептуры |
|-----------------------------|--------------|------------------|---------|------------|------|-----------------|
|                             |              | Белки, г         | Жиры, г | Углевод, г |      |                 |
| каша овсяная молочная       | 150          | 15               | 14,4    | 3,4        | 204  | 1               |
| хлеб пшеничный              | 30           | 3,2              | 0,08    | 19,32      | 94,4 |                 |
| чай с лимоном               | 180          | 0,1              | 0,02    | 10,2       | 41   | 39              |
| Итого за приём пищи:        | 360          | 19               | 14,5    | 32,92      | 339  |                 |
|                             |              |                  |         | Обед       |      |                 |
| суп картофельный с клёцками | 180          | 1,7              | 1,85    | 10,29      | 62,9 | 10              |
| шницель из говядины         | 70           | 7,8              | 5,78    | 7,85       | 114  | 28              |
| капуста тушеная             | 130          | 2                | 3,71    | 9,49       | 79   | 13              |
| хлеб пшеничный              | 30           | 3,2              | 0,08    | 19,32      | 94,4 |                 |
| хлеб ржаной                 | 30           | 1,1              | 0,45    | 8          | 34,9 |                 |
| компот из свежих яблок      | 180          | 0,1              | 0,12    | 21,49      | 87,8 | 37              |
| Итого за приём пищи:        | 620          | 16               | 11,99   | 76,44      | 473  |                 |
|                             |              |                  |         | Полдник    |      |                 |
| Блинчики с повидлом         | 105          | 5,2              | 9,64    | 29,88      | 228  | 447             |
| чай с сахаром               | 180          | 0,1              | 0,02    | 9,99       | 40   | 39              |
| Итого за приём пищи:        | 285          | 5,3              | 9,66    | 39,87      | 268  |                 |
| Всего за день:              | 1265         | 40               | 36,15   | 149,23     | 1080 |                 |

Заведующий

Лесных О.Н.

