

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

Меню

11.04.2025г.

сад

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

Меню

11.04.2025г.

2 ранняя

10

день 10

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые вещества			ккал	Номер рецептуры
		Белки	Жиры,г	Углевод		
овсяная молочная	150	15	14,4	3,4	204	185
пшеничный	30	3,2	0,08	19,32	94,4	
лимоном	180	0,1	0,02	10,2	41	393
за приём пищи:	360	19	14,5	32,92	339	
Обед						
картофельный с клецками	180	1,7	1,85	10,29	62,9	108
суп из говядины	70	7,8	5,78	7,85	114	282
капуста тушеная	130	2	3,71	9,49	79	132
пшеничный	30	3,2	0,08	19,32	94,4	
ржаной	30	1,1	0,45	8	34,9	
компот из свежих яблок	180	0,1	0,12	21,49	87,8	373
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	392
за приём пищи:	285	5,3	9,66	39,87	268	
за день:	1265	40	36,15	149,23	1080	

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые вещества			ккал	номер рецептур
		Белки	Жиры,г	Углевод		
каша овсяная молочная	150	15,4	14,4	3,4	204	1
хлеб пшеничный	30	3,00	0,45	16,5	82,5	
чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	3
Итого за приём пищи:	330	18,44	14,86	26,89	314	
Обед						
суп картофельный с клецками	150	1,72	1,85	10,29	62,9	1
шницель из говядины	50	7,78	5,78	7,85	114	2
капуста тушеная	110	1,98	3,71	9,49	79	1
хлеб пшеничный	30	3,16	0,08	19,32	94,4	
хлеб ржаной	30	1,07	0,45	8	34,9	
компот из свежих яблок	150	0,012	0,12	17,91	73,2	3
Итого за приём пищи:	520	15,72	11,99	72,86	459	
Полдник						
Блинчики с повидлом	55	2,61	4,82	14,94	114	4
чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	3
Итого за приём пищи:	205					
Всего за день:	1055	34,16	26,85	99,75	773	

Лесных О.Н.

Заведующий Лесных О.Н.

