

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

Меню

26.05.2025г.

сад

ДЕНЬ 1

МКДОУ "Детский сад №21 "Солнышко "
Левокумского муниципального округа
Ставропольского края
Меню 26.05. 2025г.

2 ранняя

Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые вещества			ккал	номер рецептуры
		Белки	Жиры,г	Углевод		
Молочный с крупой рисовой	150	4,4	4,11	13,93	110	94
Пшеничный	30	3	0,45	16,5	82,5	
Сахаром	180	0,1	0,02	9,99	40	392
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	80
Рыбная запеченая	70	11	3,76	7,76	107	255
Картофельное	130	3,6	4,16	17,72	119	321
Сметанный	30	0,5	1,5	2,11	24	354
Из моркови	50	1	3,4	6,9	62,5	41
Пшеничный	30	3,2	0,08	19,32	94,4	
Ржаной	30	1,1	0,45	8	34,9	
Из смеси с/ф	180	0,4	0,02	24,99	102	376
Итого за приём пищи:	700	22	15,39	99,14	619	
Полдник						
Пром.ппроизв.	30	2,7	1,65	18,3	197	
Молоком	180	3,2	2,72	12,96	89	397
Итого за приём пищи:	210	5,9	4,37	31,26	286	
Итого за день:	1286	36	24,34	170,82	1138	

Завтрак						
Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые вещества			ккал	номер рецептуры
		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	

Заведующий

Лесных О.Н.

Лесных О.Н.

Заведующий