

Утверждаю  
Заведующий МДОУ



## МЕНЮ

На 26 апреля 2025 год

| Прием пищи    | Наименование блюд                                                         |   | Выход    | Белки | Жиры  | Углеводы | Ккал   |
|---------------|---------------------------------------------------------------------------|---|----------|-------|-------|----------|--------|
| ЗАВТРАК       | Яйцо варенное                                                             | С | 1/40     | 5,10  | 4,60  | 0,30     | 63,00  |
|               |                                                                           | Я | 1/40     | 5,10  | 4,60  | 0,30     | 63,00  |
|               | Икра морковная                                                            | С | 50       | 070   | 2,35  | 3,85     | 39,00  |
|               |                                                                           | Я | 30       | 0,60  | 1,38  | 3,70     | 30,03  |
|               | Булочка «Ладушка» йодированная, масло сливочное «Крестьянское» (порциями) | С | 25/7     | 0,06  | 5,08  | 0,10     | 46,2   |
|               |                                                                           | Я | 25/5     | 0,04  | 3,63  | 0,07     | 33,00  |
|               | Чай с сахаром                                                             | С | 200/11   | 0,07  | 0,02  | 11,10    | 68,00  |
|               |                                                                           | Я | 180/10   | 0,06  | 0,02  | 9,99     | 44,40  |
| II ЗАВТРАК    | Плоды свежие (Яблоки)                                                     | С | 1/100    | 0,40  | 0,40  | 9,80     | 44,00  |
|               |                                                                           | Я | 1/100    | 0,40  | 0,40  | 9,80     | 44,00  |
| ОБЕД          | Овощи натуральные соленные (огурцы соленные в заливке с зеленью)          | С | 55       | 0,40  | 0,03  | 0,85     | 6,50   |
|               |                                                                           | Я | 33       | 0,24  | 0,051 | 0,51     | 3,90   |
|               | Суп картофельный с клецками                                               | С | 200      | 1,67  | 2,69  | 9,71     | 69,80  |
|               |                                                                           | Я | 150      | 1,26  | 2,02  | 7,28     | 52,35  |
|               | Жаркое из кур                                                             | С | 150      | 7,13  | 4,62  | 21,41    | 208,76 |
|               |                                                                           | Я | 150      | 7,13  | 4,62  | 13,74    | 125,80 |
|               | Кисель из повидла                                                         | С | 180      | 0,08  | 0     | 20,03    | 80,46  |
|               |                                                                           | Я | 150      | 0,07  | 0     | 16,70    | 67,05  |
|               | Хлеб пшеничный                                                            | С | 15       | 1,14  | 0,12  | 7,38     | 35,25  |
|               |                                                                           | Я | 10       | 0,76  | 0,08  | 4,92     | 23,5   |
|               | Хлеб ржаной                                                               | С | 37       | 2,47  | 0,45  | 12,52    | 65,25  |
|               |                                                                           | Я | 30       | 1,98  | 0,36  | 10,02    | 52,2   |
| ПОЛДНИК       | Каша жидкая молочная пшениная (масло сливочное «Крестьянское» 72,5%       | С | 150/3,75 | 2,81  | 2,39  | 12,75    | 134,00 |
|               |                                                                           | Я | 130/3,25 | 2,34  | 2,00  | 17,13    | 116,13 |
|               | Напиток кофейный с молоком 2,5%                                           | С | 180      | 2,81  | 2,39  | 12,75    | 8390   |
|               |                                                                           | Я | 150      | 2,34  | 2,00  | 10,63    | 70,00  |
| Итого за день |                                                                           | С | 1384     | 28,11 | 27,12 | 2131,70  | 886,16 |
|               |                                                                           | Я | 1170     | 24,63 | 22,93 | 1760,45  | 735,46 |