



МЕНЮ

МКДОУ "Детский сад № 19"Родничок"
25 июня 2025г.

ясли (1-3лет)

		Завтрак					Энергетическая ценность, ккал
№ рецепт ур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
168	Каша молочная манная	150	5,7	4,9	22,95	252,6	
1	бутерброд с маслом	50	1,3	8,3	10,3	175	
395	кофейный напиток с молоком	150	2,2	1,8	5,4	79,5	
	Итого за приём пищи:	350	9,2	15	38,65	507,1	
Обед							
86	суп лапша домашняя	150	1,63	4,31	8,72	80,28	
300	птица отварная	50	15,31	6,8	0	103,13	
132	рис припущенный	110	6,7	7,8	28,4	178,1	
348	Соус красный основной	30	1,63	4,31	8,72	80,28	
	хлеб пшеничный	40	3,16	0,08	19,32	94,4	
383	кисель из сока	150	2	0,3	12,7	61,2	
	Итого за приём пищи:	530	30,43	23,6	77,86	597,39	
Полдник							
	пряник пром.произв-ва	30	2	1,5	22,7	61,2	
393	чай с лимоном	150	0,12	0,02	10,2	41	
	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	
	Итого за приём пищи:	280	2,52	1,92	42,7	149,2	
	Всего за день:	1160	42,15	40,52	159,21	1253,69	

Кравченко Е.В.

Уклеина И.Н.

Медсестра

Повар

МЕНЮ

МКДОУ "Детский сад № 19"Родничок"
25 июня 2025г.

сад (3-7лет)

№ рецепт ур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Завтрак				Энергетическая ценность, ккал
			Пищевые вещества				
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
168	Каша молочная манная	150	5,7	6,8	22,95	252,6	
1	бутерброд с маслом	50	1,3	8,3	10,3	175	
395	кофейный напиток с молоком	200	2,9	2,1	7,1	86,5	
	Итого за приём пищи:	400	9,9	17,2	40,35	514,1	
Обед							
86	суп лапша домашняя	180	2,03	5,84	9,38	105,21	
300	птица отварная	70	18,2	7,9	0	128,15	
132	рис припущенный	130	7,3	9,2	36,29	211,1	
348	Соус красный основной	50	1,63	4,31	8,72	80,28	
	хлеб пшеничный	60	4,12	0,11	25,39	115,24	
383	кисель из сока	180	2	0,3	12,7	61,2	
	Итого за приём пищи:	670	35,28	27,66	92,48	701,18	
Полдник							
	пряник пром.произв-ва	30	2	1,5	22,7	61,2	
393	чай с лимоном	200	0,13	0,03	12,27	68	
	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	
	Итого за приём пищи:	330	2,53	1,93	44,77	176,2	
	Всего за день:	1400	47,71	46,79	177,6	1391,48	

Кравченко Е.В.

Уклеина И.Н.

Медсестра

Повар