

Утверждаю:
Заведующий МКДОУ
"Детский сад №19 "Родничок"
И.Ф.Радченко
19.03.2025г.



МЕНЮ

МКДОУ "Детский сад №19"Родничок"
19 марта 2025г.
сад (3-7лет)

№ рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
168	каша гречневая молочная	150	10,6	13,2	9,5	118,6
	хлеб пшеничный	50	6,5	5,2	36,3	121
397	какао с молоком	200	4,05	2,72	12,96	109,3
Итого за приём пищи:						348,9
Обед						
81	суп картофельный с фасолью	180	1,9	0,15	17,2	132,96
144	рыба тушеная с овощами	70	7,2	6,1	19,6	156,23
165	каша ячневая рассыпчатая	130	8,1	9,26	39,48	214,2
	хлеб пшеничный	60	4,2	0,08	22,41	112,3
376	компот из смеси сухофруктов	180	0,39	0,03	28,43	93,65
Итого за приём пищи:						709,34
Полдник						
466	Сдоба обыкновенная (булочка)	50	2,72	1,65	18,3	256,04
393	чай с лимоном	200	0,13	0,03	12,27	68
	Итого за приём пищи:	250	2,85	1,68	30,57	324,04
Всего за день:						1382,28

Медсестра *И* Кравченко Е.В.
Повар *Уклина* Уклина И.Н.

Утверждаю:
Заведующий МКДОУ
"Детский сад №19 "Родничок"
И.Ф.Радченко
19.03.2025г.



МЕНЮ

МКДОУ "Детский сад №19"Родничок"
19 марта 2025г.
сад (1-3лет)

№ рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
168	каша гречневая молочная	150	10,6	13,2	9,5	118,6
	хлеб пшеничный	50	6,5	5,2	36,3	121
397	какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	87,4
Итого за приём пищи:						327
Обед						
81	суп картофельный с фасолью	150	1,4	0,06	13,7	111,18
144	рыба тушеная с овощами	50	5,6	5,4	17,5	140,7
165	каша ячневая рассыпчатая	110	6,1	7,29	35,69	189
	хлеб пшеничный	40	3,16	0,04	19,32	94,4
376	компот из смеси сухофруктов	150	0,33	0,02	20,83	84,75
Итого за приём пищи:						620,03
Полдник						
466	сдоба обыкновенная (булочка)	50	2,72	1,65	18,3	256,04
393	чай с лимоном	150	0,12	0,02	10,2	41
	Итого за приём пищи:	200	2,84	1,67	28,5	297,04
Всего за день:						1244,07

Медсестра *И* Кравченко Е.В.
Повар *Уклина* Уклина И.Н.