



МЕНЮ

МКДОУ "Детский сад № 19"Родничок"

21 марта 2025г.

ясли (1-3лет)

№ рецептур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
168	каша овсяная молочная	150	15,4	14,4	3,4	203,5
1	бутерброд с маслом	50	1,3	8,3	10,3	175
397	какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	87,4
Итого за приём пищи:						465,9
Обед						
85	суп картофельный с клецками	150	1,72	1,85	10,29	80,85
282	котлеты из говядины	50	7,78	5,78	7,85	114,38
132	капуста тушеная	110	1,98	3,71	9,49	79
	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:						429,83
Полдник						
	Выпечка пром-го произ-ва	35	2,72	1,65	18,3	197,4
	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
	чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	36
392	чай с сахаром	285	3,16	2,06	35,09	280,4
Итого за приём пищи:						280,4
Всего за день:						1176,13

Медсестра

Повар

Кравченко Е.В.

Уклеина И.Н.

Кр
Уклеина



МЕНЮ

МКДОУ "Детский сад № 19"Родничок"

21 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 овсяная молочная	150	15,4	14,4	3,4	203,5
1	бутерброд с маслом	50	1,3	8,3	10,3	175
397	какао с молоком	200	4,05	2,72	12,96	109,3
Итого за приём пищи:						487,8
Обед						
85	суп картофельный с клецками	180	1,72	1,85	10,29	62,85
282	котлеты из говядины	70	8,32	6,94	9,78	158,32
132	капуста тушеная	130	2,01	4,32	12,69	96,3
	хлеб пшеничный	60	4,2	0,08	22,41	112,3
383	кисель из сока	180	3	0,5	16,7	93,5
Итого за приём пищи:						523,27
Полдник						
	Выпечка пром-го произ-ва	35	2,72	1,65	18,3	197,4
	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
	чай с сахаром	180	0,04	0,01	7,21	48
392	чай с сахаром	315	3,16	2,06	35,31	292,4
Итого за приём пищи:						1303,47

Медсестра

Повар

Кравченко Е.В.

Уклеина И.Н.

Кр
Уклеина