



**МЕНЮ**

МКДОУ "Детский сад № 19"Родничок"

24 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 молочная рисовая	150	3,61	3,81	12,62	99,3
3	Бутерброд с сыром	50	2,45	7,55	14,62	136
392	чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	36
<b>Итого за приём пищи:</b>		<b>350</b>	<b>6,1</b>	<b>11,37</b>	<b>34,23</b>	<b>271,3</b>
<b>Обед</b>						
80	Суп картофельный с гречневой крупой	150	3,2	2,8	24,79	149,3
255	Котлета рыбная запеченая	50	10,65	3,43	7,46	103,6
321	Пюре картофельное	110	3,62	4,16	17,72	118,95
348	соус красный основной	30	0,37	0,03	3,48	15,69
	хлеб пшеничный	40	3,16	0,08	19,32	94,4
376	компот из смеси сухофруктов	150	0,33	0,02	20,83	84,75
<b>Итого за приём пищи:</b>		<b>530</b>	<b>21,33</b>	<b>10,52</b>	<b>93,6</b>	<b>566,69</b>
<b>Полдник</b>						
	Выпечка пром-го произв-ва	50	2,72	1,65	18,3	197,4
397	какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	87,4
<b>Итого за приём пищи:</b>		<b>200</b>	<b>5,87</b>	<b>4,37</b>	<b>31,26</b>	<b>284,8</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>1080</b>	<b>33,3</b>	<b>26,26</b>	<b>159,09</b>	<b>1122,79</b>

Медсестра

Кравченко Е.В.

Повар

Уклеина И.Н.

*Ку*  
*Уклеина*

Утверждаю:  
Заведующий МКДОУ  
"Детский сад №19 "Родничок"  
И.Ф. Радченко  
24.03.2025г.



**МЕНЮ**

МКДОУ "Детский сад № 19"Родничок"

24 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 молочная рисовая	150	3,61	3,81	12,62	99,3
3	Бутерброд с сыром	50	2,45	7,55	14,62	136
392	чай с сахаром	200	0,04	0,01	7,21	48
<b>Итого за приём пищи:</b>		<b>400</b>	<b>6,1</b>	<b>11,37</b>	<b>34,45</b>	<b>283,3</b>
<b>Обед</b>						
80	Суп картофельный с гречневой крупой	180	3,9	3,1	29,45	179,16
255	Котлета рыбная запеченая	70	10,65	3,43	7,46	103,6
321	Пюре картофельное	130	4,01	5,23	19,23	143,91
348	соус красный основной	50	0,48	0,03	4,58	17,83
	хлеб пшеничный	60	4,12	0,11	25,39	115,24
376	компот из смеси сухофруктов	180	0,39	0,03	28,43	93,65
<b>Итого за приём пищи:</b>		<b>670</b>	<b>23,55</b>	<b>11,93</b>	<b>114,54</b>	<b>653,39</b>
<b>Полдник</b>						
	Выпечка пром-го произв-ва	50	2,72	1,65	18,3	197,4
397	какао с молоком	200	4,05	2,72	12,96	109,3
<b>Итого за приём пищи:</b>		<b>250</b>	<b>6,77</b>	<b>4,37</b>	<b>31,26</b>	<b>306,7</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>1320</b>	<b>36,42</b>	<b>27,67</b>	<b>180,25</b>	<b>1243,39</b>

Медсестра

Кравченко Е.В.

Повар

Уклеина И.Н.

*Ку*  
*Уклеина*