



## МЕНЮ

МКДОУ "Детский сад № 19"Родничок"

25 марта 2025г.

ясли (1-3лет)

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Завтрак			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
237	Лапшевник с творогом	200	21,38	19,38	29,32	342,25
393	чай с лимоном	150	0,12	0,02	10,2	41
<b>Итого за приём пищи:</b>		<b>350</b>	<b>21,5</b>	<b>19,4</b>	<b>39,52</b>	<b>383,25</b>
<b>Обед</b>						
81	Суп картофельный с горохом	150	5,68	4,85	16,44	133,41
282	Биточки из говядины	50	7,78	5,78	7,85	114,38
165	Каша перловая рассыпчатая	110	5,9	1,7	25,34	124,35
348	соус красный основной	30	0,37	0,03	3,48	15,69
372	компот из свежих яблок	150	0,12	0,12	17,91	73,2
	хлеб пшеничный	40	3,16	0,08	19,32	94,4
<b>Итого за приём пищи:</b>		<b>530</b>	<b>23,01</b>	<b>12,56</b>	<b>90,34</b>	<b>555,43</b>
<b>Полдник</b>						
	печенье	50	4,1	6,3	37,2	151,2
	чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	36
<b>Итого за приём пищи:</b>		<b>200</b>	<b>4,14</b>	<b>6,31</b>	<b>44,19</b>	<b>187,2</b>
<b>Всего за День:</b>		<b>1080</b>	<b>48,65</b>	<b>38,27</b>	<b>174,05</b>	<b>1125,88</b>

Медсестра

Кравченко Е.В.,

Повар

Уклеина И.Н.

*Ку Уклеина*



## МЕНЮ

МКДОУ "Детский сад № 19"Родничок"

25 марта 2025г.

сад (3-7лет)

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Завтрак			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
237	Лапшевник с творогом	200	21,38	19,38	29,32	342,25
393	чай с лимоном	200	0,13	0,03	12,27	68
<b>Итого за приём пищи:</b>		<b>400</b>	<b>21,51</b>	<b>19,41</b>	<b>41,59</b>	<b>410,25</b>
<b>Обед</b>						
81	Суп картофельный с горохом	180	6,39	5,21	18,01	153,28
282	Биточки из говядины	70	8,32	6,94	9,18	141,59
165	Каша перловая рассыпчатая	130	6,8	2,3	29,19	169,35
348	соус красный основной	50	0,48	0,03	4,58	17,83
372	компот из свежих яблок	180	0,13	0,19	19,35	93,45
	хлеб пшеничный	60	4,12	0,11	25,39	115,24
<b>Итого за приём пищи:</b>		<b>670</b>	<b>26,24</b>	<b>14,78</b>	<b>105,7</b>	<b>690,74</b>
<b>Полдник</b>						
	печенье	50	4,1	6,3	37,2	151,2
	чай с сахаром	200	0,04	0,01	7,21	48
<b>Итого за приём пищи:</b>		<b>250</b>	<b>4,14</b>	<b>6,31</b>	<b>44,41</b>	<b>199,2</b>
<b>Всего за День:</b>		<b>1320</b>	<b>51,89</b>	<b>40,5</b>	<b>191,7</b>	<b>1300,19</b>

Медсестра

Кравченко Е.В.

Повар

Уклеина И.Н.

*Ку Уклеина*