



**МЕНЮ**

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

№ рецепта ур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
215	омлет натуральный	160	13,05	13,28	3,15	192
	хлеб пшеничный	40	3,16	0,08	19,32	94,4
392	чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	36
<b>Итого за приём пищи:</b>		350	16,25	13,37	29,46	322,4
Обед						
82	суп картофельный с вермшелью	150	5,1	3,5	9,75	74,72
308	фрикадельки из птицы	50	10,27	1,8	1,1	108,13
321	Пюре картофельное	110	3,62	4,16	17,72	118,95
	хлеб пшеничный	40	3,16	0,08	19,32	94,4
372	компот из свежих яблок	150	0,12	0,12	17,91	73,2
<b>Итого за приём пищи:</b>		500	22,27	9,66	65,8	469,4
Полдник						
	Выпечка пром-го произ-ва	50	2,72	1,65	18,3	197,4
395	кофейный напиток с молоком	150	2,2	1,8	5,4	79,5
	<b>Итого за приём пищи:</b>	200	4,92	3,45	23,7	276,9
<b>Всего за день:</b>		1050	43,44	26,48	118,96	1068,7

Медсестра Кравченко Е.В.

Повар Уклеина И.Н.

*Кув*  
*Уклеина*



**МЕНЮ**

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

№ рецепта ур	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
215	омлет натуральный	160	13,05	13,28	3,15	192
	хлеб пшеничный	40	3,16	0,08	19,32	94,4
392	чай с сахаром	200	0,04	0,01	7,21	48
<b>Итого за приём пищи:</b>		400	16,25	13,37	29,68	334,4
Обед						
82	суп картофельный с вермшелью	180	6,8	4,2	12,33	93,45
308	фрикадельки из птицы	70	14,38	2,4	1,9	139,3
321	Пюре картофельное	130	4,01	5,23	19,23	143,91
	хлеб пшеничный	60	4,12	0,11	25,39	115,24
372	компот из свежих яблок	180	0,13	0,19	19,35	93,45
<b>Итого за приём пищи:</b>		620	29,44	12,13	78,2	585,35
Полдник						
	Выпечка пром-го произ-ва	50	2,72	1,65	18,3	197,4
395	кофейный напиток с молоком	200	2,9	2,1	7,1	86,5
	<b>Итого за приём пищи:</b>	250	5,62	3,75	25,4	283,9
<b>Всего за день:</b>		1270	51,31	29,25	133,28	1203,65

Медсестра Кравченко Е.В.

Повар Уклеина И.Н.

*Кув*  
*Уклеина*