



Утверждаю:
Заведующий МКДОУ
"Детский сад №19 "Родничок"
И.Ф.Радченко
31.03.2025г.

МЕНЮ

МКДОУ "Детский сад № 19 "Родничок"

31 марта 2025г.

ясли (1-3лет)

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
168	каша молочная пшеничная	150	5,2	5,9	10	157,8
3	бургер с сыром	50	2,45	7,55	14,62	136
394	чай с молоком	150	0,15	5,2	15,6	60
Итого за приём пищи:		350	7,8	18,65	40,22	353,8
Обед						
77	суп картофельный с рисовой крупой	150	0,97	3,61	5,27	127,57
286	тефтели из говядины	50	7,78	5,78	7,85	114,38
204	макароны отварные	110	5,3	4,6	29,3	189
348	соус красный основной	30	0,37	0,03	3,48	15,69
	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:		530	19,58	14,4	77,92	602,24
Полдник						
	печенье	50	4,1	6,3	37,2	151,2
	сок	150	0,1	0,2	11,3	69,2
Итого за приём пищи:		200	4,2	6,5	48,5	220,4
Всего за день:		1080	31,58	39,55	166,64	1176,44

Медсестра *Кш* Кравченко Е.В.
Повар *Укселма* Уклеина И.Н.



Утверждаю:
Заведующий МКДОУ
"Детский сад №19 "Родничок"
И.Ф.Радченко
31.03.2025г.

МЕНЮ

МКДОУ "Детский сад № 19 "Родничок"

31 марта 2025г.

сад (3-7лет)

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
168	каша молочная пшеничная	150	5,2	5,9	10	157,8
3	бургер с сыром	50	2,45	7,55	14,62	136
394	чай с молоком	200	0,2	6,3	19	80
Итого за приём пищи:		400	7,85	19,75	43,62	373,8
Обед						
77	суп картофельный с рисовой крупой	180	1,21	4,68	7,93	158,31
286	тефтели из говядины	70	9,32	6,38	9,12	148,32
204	макароны отварные	130	6,1	5,7	32,4	225
348	соус красный основной	50	0,48	0,03	4,58	17,83
	хлеб пшеничный	60	4,12	0,11	25,39	115,24
383	кисель из сока	180	3	0,5	16,7	93,5
Итого за приём пищи:		670	24,23	17,4	96,12	758,2
Полдник						
	печенье	50	4,1	6,3	37,2	151,2
	сок	200	0,2	0,3	12,7	92,1
Итого за приём пищи:		250	4,3	6,6	49,9	243,3
Всего за день:		1320	36,38	43,75	189,64	1375,3

Медсестра *Кш* Кравченко Е.В.
Повар *Укселма* Уклеина И.Н.