

МЕНЮ

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ д/с №1 "Карусель"

Т.Ю. Замоткина



Сад

30 апреля 2026 г.

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г		ЭЦ, ккал	Витамин С, мг
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.				
	Завтрак									
15/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150,00	5,42	1,76	4,44	0,95	19,02	117	4,27	
-	Батон	30	2,31	0	0,9	0,9	15,99	80,86	0	
-	Повидло яблочное	10	0,04	0	0	0	6,6	25,15	0,05	
-	Какао с молоком	200,00	3,18	2,9	3,08	0,3	14,19	93,78	7,12	
	Итого за 'Завтрак'		10,95	4,66	8,42	2,15	55,8	316,8	11,44	
	Второй завтрак									
-	Сок	150	0,75	0	0,15	0	15,45	64,86	3	
	Итого за 'Второй завтрак'		0,75	0	0,15	0	15,45	64,86	3	
	Обед									
20/2	Суп-лапша на курином бульоне	200	6,96	5,46	6,86	0,23	12,01	136,7	0,61	
3/9	Рагу из мяса кур	150	23	22,27	19,02	7,92	15,99	325,5	6,72	
	Компот из свежих плодов	200,00	0,02	0	0	0	13,15	49,96	0	
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,44	0	
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	0	
	Итого за 'Обед'		33,94	27,72	26,44	8,71	67,73	637,6	7,33	
	Полдник									
2/6	Омлет запеченный или паровой	120	11,71	12,46	15,78	0	2,09	196,9	0,17	
-	Хлеб пшеничный	10	0,66	0	0,07	0,07	4,69	22,48	0	
-	Пряники	20	2,16	0	0,26	0,26	14,48	68,82	0	
10/10	Чай	200	0,04	0	0,01	0,01	9,11	34,81	12	
	Итого за 'Полдник'		14,57	12,46	16,11	0,34	30,37	323	12,17	
	Итого за день		60,22	44,84	51,12	11,19	169,4	1342	33,95	
	Содержание, % от калорийности		19		35		46			