

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ «Детский сад
компенсирующего вида №159»
С.В. Левченко
«18» марта 2025 г.

МЕНЮ
на 19 марта 2025 года
(САД 3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическ ая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>День 8</i>						
<i>Завтрак:</i>	Каша пшениная молочная жидкая	200	7,15	11,16	35,2	271,4
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6
	Бутерброд с маслом	23+6	5,2	4,6	12,02	105,4
<i>10.00</i>	Сок яблочный	100	0,52		10,1	42,4
	Яблоки	98,3	0,53		4,8	21,9
<i>Обед:</i>	Суп-пюре гороховый с гренками	200	7,18	4,34	27,73	182,40
	Бефстроганов из отварного мяса	90	15,84	8,28	3,06	140,24
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,6	6,09	38,64	243,75
	Компот из с/ф	200	0,66	0,09	32,01	132,8
	Хлеб пшеничный	30	2,25	0,3	14,4	68,7
	Хлеб ржаной	50	3,25	0,5	21,5	105,0
<i>Полдник:</i>	Ряженка	197,1	5,8	5,0	9,6	107,00
	Вафли	35	3,12	13,44	32,16	259,2
<i>Ужин:</i>	Пудинг рыбный запеченный	120	16,47	7,2	9,93	171,2
	Пюре из моркови или свеклы	112	3,07	7,9	16,56	149,93
	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62,0
	Батон	22	1,87	1,37	12,75	70,0
<i>Итого за восьмой день:</i>			<i>84,81</i>	<i>72,97</i>	<i>301,61</i>	<i>2233,92</i>

Рекомендовано: Молоко кипяченое 200 мл в 21.00

СТАРШАЯ МЕДСЕСТРА

Т.А. Лукьянова

Т.А.ЛУКЬЯНОВА



МЕНЮ
на 19 марта 2025 года
(ЯСЛИ 2-3 года)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическ ая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<i>День 8</i>						
<i>Завтрак:</i>	Каша пшеничная молочная жидкая	160	5,72	8,9	28,22	217,1
	Кофейный напиток с молоком	170	2,6	2,27	13,59	85,51
	Бутерброд с маслом	18+6	1,86	2,88	7,28	55,5
<i>10.00</i>	Сок яблочный	100	0,52		10,1	42,4
	Яблоки	93	0,50		4,5	20,25
<i>Обед:</i>	Суп-пюре гороховый с гренками	140	5,39	3,25	20,89	136,7
	Бефстроганов из отварного мяса	70	14,08	7,36	2,72	124,6
	Каша гречневая рассыпчатая	120	6,87	4,87	30,91	195,0
	Компот из с/ф	130	0,42	0,06	20,8	86,32
	Хлеб пшеничный	20	0,11	0,2	9,6	45,8
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	17,2	84,0
<i>Полдник:</i>	Ряженка	180	4,93	4,25	8,16	90,95
	Вафли	25	1,88	7,84	19,43	156,6
<i>Ужин:</i>	Пудинг рыбный запеченный	100	13,73	6,01	8,28	142,67
	Пюре из моркови или свеклы	80	2,75	7,07	14,8	133,98
	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62,0
	Батон	17	1,5	1,1	10,2	56,0
<i>Итого за восьмой день:</i>			<i>66,1</i>	<i>56,48</i>	<i>241,88</i>	<i>1735,38</i>

Рекомендовано: Молоко кипяченое 180 мл в 21.00

СТАРШАЯ МЕДСЕСТРА

Т.А. Лукьянова

Т.А.ЛУКЬЯНОВА