

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ «Детский сад
компенсирующего вида №159»

С.В. Левченко

«19» марта 2025 г.

МЕНЮ

на 20 марта 2025 года
(ЯСЛИ 2-3 года)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическ ая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
День 9						
Завтрак:	Каша из овсяных хлопьев молочная жидкая	160	6,9	10,24	30,59	242,3
	Какао с молоком	170	3,4	3,0	14,94	100,81
	Бутерброд с сыром	18 + 6+8	5,8	8,3	14,83	157
10.00	Сок яблочный	100	0,52		10,1	42,4
	Яблоки	79	0,66		5,98	27,07
Обед:	Свекольник	140	1,4	3,5	9,87	76,82
	Тефтели мясные	60	4,27	4,77	5,59	81,8
	Картофель отварной	120	2,48	5,59	16,67	133,56
	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
Полдник:	Снежок	180	15,04	14,5	19,8	140,4
Ужин:	Котлеты рыбные	70	7,6	4,04	10,8	130,9
	Икра из свеклы или моркови	108	0,81	4,23	5,32	62,64
	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62
	Батон	17	1,27	0,93	8,67	47,6
Итого за девятый день:			53,41	56,78	213,96	1541,42

Рекомендовано: Молоко кипяченое 170 мл в 21.00

СТАРШАЯ МЕДСЕСТРА



Т.А.ЛУКЬЯНОВА

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ «Детский сад
компенсирующего вида №159»

С.В. Левченко
«19» марта 2025 г.

МЕНЮ

На 20 марта 2025 года
(САД 3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическ ая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
День 9						
Завтрак:	Каша из овсяных хлопьев молочная жидкая	200	8,6	12,8	38,2	302,8
	Каша с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6
	Бутерброд с сыром	23 + 6 + 12,6	5,8	8,3	14,83	157
10.00	Сок яблочный	100	0,52		10,1	42,4
	Яблоки	83,8	0,7		6,3	28,5
Обед:	Свекольник	200	2,04	5,0	14,10	109,75
	Тефтели мясные	74	5,26	5,88	6,89	101,58
	Картофель отварной	150	3,1	6,99	20,84	166,96
	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
Полдник:	Снежок	200	5,75	5,13	22,59	160,2
Ужин:	Котлеты рыбные	80	9,5	2,84	13,6	163,6
	Икра из свежей или мороженой	123	0,99	5,17	6,5	76,56
	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62
	Батон	27	1,65	2,21	11,22	61,6
Итого за девятый день:			54,28	60,69	265,86	1858,05

Рекомендовано: Молоко кипяченое 200 мл в 21.00

СТАРШАЯ МЕДСЕСТРА

Лукьянова

ТАЛУКЬЯНОВА