



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

МЕНЮ
на 28 марта 2025 года
(САД 3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическ ая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
День 5						
Завтрак:	Пудинг из творога	200	29,8	22,76	48,62	300,0
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,6
	Бутерброд с маслом	25 + 6	5,2	4,6	12,02	105,4
10.00	Сок яблочный	90	0,52		10,1	42,4
	Апельсин	100,5	0,59		5,35	24,22
Обед:	Свекольник	200	27,2	6,66	18,8	146,33
	Бефстроганов из печени	90	12,02	12,67	0,76	147,6
	Каша гречневая расеялчатая	150	8,6	6,09	38,64	243,75
	Икра из свеклы или моркови	64	1,58	4,08	8,5	77,35
	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	0,3	21,5	105,0
Полдник:	Молоко кипяченое	200	5,8	5,0	9,6	107,0
	Булочка с джемом	90	6,75	11,88	54,81	279,62
Ужин:	Каша манная молочная жидкая	230	6,69	11,74	35,46	274,9
	Лимонный напиток	200	0,22	0,02	20,68	83,7
	Батон	25	1,87	1,37	12,75	70,0
Итого за пятый день:			81,69	80,44	300,95	2308,37

Рекомендовано: Кефир 200мл в 21.00

СТАРШАЯ МЕДСЕСТРА

Т.А.ЛУКЬЯНОВА



МЕНЮ
на 28 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 5</i>						
<i>Завтрак:</i>	Пудинг из творога	160	23,89	18,2	34,9	278,27
	Кофейный напиток с молоком	170	2,6	2,27	13,55	85,51
	Бутерброд с маслом	20 + 3	1,86	2,88	7,28	55,5
<i>10.00</i>	Сок яблочный	90	0,52		10,1	42,4
	Апельсины	96	0,56		5,04	
<i>Обед:</i>	Свекольник	140	1,9	4,7	13,16	102,4
	Бефстроганов из печени	60	10,68	11,26	0,68	131,2
	Каша гречневая рассыпчатая	120	6,87	6,96	30,91	195,0
	Икра из свеклы или моркови	56	1,31	3,37	7,05	63,8
	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>	Молоко кипяченое	170	4,93	4,25	8,16	90,95
	Булочка с джемом	80	6,0	10,56	48,72	310,69
<i>Ужин:</i>	Каша манная молочная жидкая	180	5,2	9,18	27,75	215,14
	Лимонный напиток	200	0,22	0,02	20,68	83,7
	Батон	20	1,5	1,1	10,2	56,0
<i>Итого за пятый день:</i>			<i>71,17</i>	<i>75,41</i>	<i>285,78</i>	<i>1949,21</i>

Рекомендовано: Кефир 170 мл в 21.00

СТАРШАЯ МЕДСЕСТРА

Т.А.ЛУКЬЯНОВА