

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с № 58

_____Ю.П. Долгополова

МЕНЮ МБДОУ д/с № 58 на 03 июня 2025 г. для детей от 3 до 8 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 7							
Завтрак	Каша "Геркулес"вязкая (на молоке)	180	6,725	7,43	29,74	221,2	Стр 167 № 384
	Какао с молоком	180	2,8	2,5	20,7	112,64	Стр 403 № 959
	Бутерброд с маслом сливочным крестьянским и сыром Российским	49	2,44	8,1	14,59	141,4	Стр 8 № 3
2-й Завтрак	Кефир 2,5 %	200	5,6	6,4	8,2	100	Готовый продукт
Итого за завтрак и 2-й завтрак		649	17,565	24,43	73,23	575,24	
Обед	Суп картофельный с клёчками	200	8,05	10,67	30,81	194,32	Стр150 № 120
	Гуляш	40/60	20,68	16,15	4,87	243,74	Стр 268 № 591
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,93	4,67	37,54	222,3	Ст р315 №679
	Овощи Свежие	60	0,5		1,1	6,4	Готовый продукт
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,3		24,76	94,2	Стр 372№868
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,9	15	78,6	Готовый продукт
	Хлеб ржаной	50	3	0,5	23	105	Готовый продукт
Итого за обед		795	40,77	32,89	137,08	722,26	
Полдник	Рыба припущенная	60	12,16	4,38		50,37	Стр 207 №478
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,9	15	78,6	Готовый продукт
	Картофель и овощи тушёные	150	3,01	11,16	24,8	169,4	Стр 134 №320
	Кофейный напиток	180	1,4	1,25	39	86,64	Стр 403 №956
Ужин	Молоко кипячёное	200	5,6	5	9,4	104	Готовый продукт
	Кондитерские изделия	30	2,1	3	22,8	123	Готовый продукт
Итого за полдник и за ужин		670	27	25,69	111	533,41	
Итого за седьмой день		2,114	85	83,01	321,88	1830,91	

