

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с № 58

_____Ю.П. Долгополова

МЕНЮ МБДОУ д/с № 58 на 4 июля 2025 г. для детей от 3 до 8 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Выхо д блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети -ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 10							
Завтрак	Каша гречневая жидкая	180	5,6	7,74	24,34	190,05	Стр 169 № 390
	Бутерброд с маслом сливочным крестьянским	30	2,36	7,49	15,13	137,5	Стр 8 № 3
	Какао с молоком	180	2,8	2,5	20,7	112,64	Стр.403 № 959
Завтра к 2 10:00	Плоды свежие	150	0,6		15	67,5	Готовый продукт
Итого за завтрак и 2-й завтрак		599	11,36	17,73	75,17	502	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	200	3,5	7,2	23,2	157,4	Стр 87 №206
	Тефтели мясные	80	20,36	13,1	29,14	321,89	Стр 259 № 287
	Макароны отварные с маслом	130	5,63	5,04	35,44	215,4	Стр 179 №413
	Овощи свежие	60	0,54		1,88	10,8	готовый продукт
	Кисель из смеси сухофруктов	200	0,4		28,6	112,64	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		750	35,2	26,74	154,38	990,93	
Полдник	Рыба тушёная с овощами	50/50	16,914	5,698	3,845	135,9	Стр 213 № 486
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,09	1,5	78,6	Готовый продукт
	Кофейный напиток	180	1,4	1,25	39	86,64	Стр 403 № 956
	Пюре картофельное	150	3,12	9,8	23,14	151,2	Стр 319 № 694
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		710	29,134	24,748	98,185	600,74	
Итого за десятый день		2059	75,694	75,28	327,735	2093,67	
Итого за 10 дней		16570	574,61	676,29	2492,78	19468,66	

