

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ д/с № 58

_____Ю.П. Долгополова

МЕНЮ МБДОУ д/с № 58 на 10 июля 2025 г. для детей от 3 до 8 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 4							
Завтрак	Каша пшеничная вязкая (на молоке)	180	6,13	7,38	27,74	203	Стр 167 № 384
	Кофейный напиток с молоком	180	2,95	3,36	14,74	116,92	Стр 403 № 958
	Бутерброд с маслом сливочным крестьянским и сыром Российским	49	2,44	8,1	14,59	141,4	Стр 8 №3
2-й завтрак	Фрукты свежие	1 шт	0,5	0,5	1,5	70	Готовый продукт
Итого завтрак и 2-й завтрак		449	12,02	19,34	58,57	531,32	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,96	5,6	28,86	127,5	Стр 88 №208
	Голубцы ленивые	160	7,33	6,95	48,48	277,32	Стр 298 № 265
	Соус сметанный с томатом	30	0,49	0,83	2,01	31	Стр 350 № 799
	31	Стр 350 № 799					
	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		710	16,89 14,78 143,21	14,78	142,11	713,62	
Полдник	Рыба тушёная в томате овощами	50/50	16,54	0,38	0,094	71,94	Стр 213 №486
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	10	52,4	Готовый продукт
	Чай с молоком	180	2,2	1,9	19,3	97,95	Стр 398 № 495
	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 ужин		700 31,1 20,68	28,9	18,78	84,734 600,49	502,54	
Итого за четвертый день		1859 58,23 54,77		52,9	285,914 1763,96	1747,48	