

Согласован  
Медцинская сестра  
Воронина Е.В

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ дс32  
Чубукова Н.А

## Меню на 14.03.2025г

Сезон: осенне- зимний

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

День: 5	Наименование блюда	Выход, г	Белки,	Жиры,	Углев	ЭЦ, ккал
			все	все	о-ды,	
<b>Завтрак</b>						
	Суп молочный с рисом	200	2,17	3,43	14,61	118,78
	Кофейный напиток с молоком	190	3,06	1,53	15,20	96,06
	Батон с маслом сливочным	25/8	6,82	1,70	5,30	10,20
	Итого за прием		12,06	6,67	35,11	225,04
<b>10:00</b>	Сок	110	0,41	0,27	22,01	91,80
	Итого за прием		0,41	0,27	22,01	91,80
<b>Обед</b>	Икра из отвар.свеклы и моркови с маслом раст.	60	1,40	2,80	7,30	60,06
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	4,28	3,04	12,35	108,00
	Биточки (котлеты) из мяса кур	80	8,60	11,10	15,50	223,00
	Каша перловая вязкая с маслом сливочным	150	2,13	3,00	25,50	135,00
	Компот из изюма	180	0,44	0,00	27,78	114,44
	Хлеб ржаной	15	1,05	0,17	6,61	28,05
	Хлеб пшеничный	15	1,18	0,14	7,35	32,10
	Итого за прием		19,89	20,24	102,39	700,65
<b>Уплотненн</b>	Запеканка творожная	120	15,13	13,17	20,08	264,36
<b>полдник</b>	Печенье	20	1,05	2,10	10,35	64,50
	Чай с сахаром	180	0,07	0,02	11,10	44,44
	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	44,00
	Напиток витаминный	50	0,20	0,00	5,25	22,00
	Итого за прием		16,85	15,69	56,58	439,30
	Итого за день		<b>49,20</b>	<b>42,87</b>	<b>216,09</b>	<b>1456,80</b>

)