

МЕНЮ (диета)

10 день

на « ____ » _____ 2025г

| Наименование блюда | Выход (г) | | Энергетическая ценность (ккал) | |
|---|---------------|--------|--------------------------------|-----------------|
| | ясли | сад | ясли | сад |
| Завтрак | | | | |
| Каша «Рябчик» на воде | 140/5 | 160/5 | 114 | 130,286 |
| Батон | 20/5 | 30/10 | 107 | 170,3 |
| Чай с сахаром | 180 | 200 | 71,36 | 79,29 |
| | Итого: | | 292,36 | 379,876 |
| Второй завтрак | | | | |
| Сок фруктовый | 150 | 180 | 69 | 92 |
| Обед | | | | |
| Закуска порционная консервированные овощи (огурец, помидор) | 30 | 50 | 3,9 | 6,5 |
| Суп-лапша домашняя с курицей | 150/10 | 200/10 | 87 | 107 |
| Биточки рубленые из птицы | 50 | 70 | 103,01 | 144,21 |
| Перловка отварная постная | 110 | 130 | 126,3 | 149,26 |
| Компот из свежих фруктов/Витаминный напиток «Витошка» | 150 | 180 | 50,6 | 67,5 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 30 | 47 | 70,5 |
| Хлеб ржаной | 20 | 30 | 40 | 60 |
| | Итого: | | 470,71 | 626,46 |
| Полдник | | | | |
| Кондитерское изделие | 30 | 40 | 142 | 170,4 |
| Чай с курагой | 180 | 200 | 79,5 | 100,7 |
| | Итого: | | 149,5 | 271,1 |
| Ужин | | | | |
| Зеленый горошек | 40 | 76 | | |
| Биточки картофельные | 140/20 | 160/20 | 301 | 403 |
| Чай с курагой | 180 | 200 | 26,08 | 29,34 |
| Фрукты свежие | 100 | 150 | 38 | 38 |
| | Итого: | | 365,08 | 470,34 |
| | Всего: | | 1346,65 | 1839,776 |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 71", Хохловская Ирина Геннадьевна,
Заведующий

28.02.25 09:22 (MSK)

Сертификат 0B4BFEC3981C77A0915F2FFC0795AAB9